

# انسانی جسم

حیرت ناگ مشین، امراض و علاج



## ہمدرد لیباریٹریز (وقف) پاکستان

”الحجید“ ہمدرد سینٹر، ناظم آباد-۳، کراچی ۷۴۶۰۰  
پی اے بی ایکس نمبر ۴ - ۶۶۱۶۰۰۱ (چار لائنیں) ۹ - ۶۶۲۰۹۳۵ (پانچ لائنیں)  
ٹیلی فیکس ۶۶۱۱۷۵۵ (۲۱-۹۲)

ویب سائٹ : [www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)  
ای میل ایڈریس : [hamdard@khi.paknet.com.pk](mailto:hamdard@khi.paknet.com.pk)



## ہمدرد لیباریٹریز (وقف) پاکستان

”الحید“ ہمدرد سینٹر، ناظم آباد-۳، کراچی ۷۴۶۰۰  
پی اے بی ایکس نمبر ۴ - ۶۶۱۶۰۰۱ (چار لائنیں) ۹ - ۶۶۲۰۹۳۵ (پانچ لائنیں)  
ٹیلی فکس ۶۶۱۱۷۵۵ (۲۱-۹۲)

ویب سائٹ: www.hamdard.com.pk  
ای میل ایڈریس: hamdard@khi.paknet.com.pk

### زوق و فائز

- ۱ یونٹ نمبر ۱، آرام باغ روڈ کراچی۔ فون: ۲۶۲۵۳۵۷  
یونٹ نمبر ۲، مدینہ مینشن آرٹری میدان ۳، شاہراہ لیاقت کراچی۔ فون: ۲۶۳۶۱۳۳-۲۶۳۶۱۳۲-۲۶۱۹۲۳۸
- ۲ ہمدرد مرکز، مری روڈ، راولپنڈی۔ فون: ۵۵۸۱۱۳۹ (۰۵۱)  
فکس: ۵۵۶۳۳۳۸ (۰۵۱)
- ۳ ہمدرد مرکز ۱۸۔ صدر روڈ پشاور۔  
فون: ۲۷۶۱۱۵-۲۷۶۱۱۵ فکس نمبر ۲۸۶۳۶ (۰۹۱)
- ۴ ہمدرد مرکز ۱۴۲۔ غازی علم دین شہید روڈ، لاہور۔  
فون: ۷۳۵۳۳۵۲-۷۳۵۳۸۸۳  
فکس: ۷۳۵۳۳۵۲ (۰۳۳)

### ہمدرد مطب

- ۱ آرام باغ روڈ، کراچی۔ فون: ۲۶۳۷۵۱۶-۲۶۳۷۸۳۹
- ۲ ۱۴۲ غازی علم دین شہید روڈ، لاہور۔  
فون: ۷۳۷۷۷۲۹
- ۳ مری روڈ، راولپنڈی۔ فون: ۵۵۶۶۷۱۶
- ۴ صدر روڈ، پشاور۔ فون: ۲۷۶۱۸۶

### ایجنسیز ہمدرد

- ۱ گول چوک سرگودھا۔ فون: ۱۶۱۱۳۲  
فکس: ۷۱۱۳۸۰ (۰۳۵۱)
- ۲ المہران (پرائیویٹ) لمیٹڈ  
لیبرٹی مارکیٹ شاہ نمبر ۹-۱۲ حیدر آباد۔ فون: ۶۱۹۹۶۰

### ڈسٹری بیوٹرز

- ۱ میسرز کبیر لمیٹڈ  
فری روڈ سکھر۔ فون: ۲۳۷۵۷، ۲۳۳۵۶ (۰۷۱)  
فکس: ۲۶۷۹۰ (۰۷۱)
- ۲ میسرز کبیر لمیٹڈ  
حضور باغ روڈ ملتان۔ فون: ۵۷۱۱۹۳ (۰۶۱)  
فکس: ۵۷۱۱۹۳ (۰۶۱)

### فیکٹریز

- ۱ فیکٹری ”الراہد“  
ناظم آباد نمبر ۳، کراچی۔ فون: ۶۶۱۱۳۳۵-۶
- ۲ ہمدرد ڈسٹری بیوٹرز کمپنی  
شاہراہ عسکریہ، کراچی۔ فون: ۲۱۲۳۰۰۰ (۰۰۹۱)
- ۳ فیکٹری ہمدرد ۹۶-۹۵-۱۔ جمروڈ روڈ، پشاور۔  
فون: ۸۱۲۳۸۷ فکس: ۸۱۹۵۳۳ (۰۹۱)
- ۴ فیکٹری ہمدرد  
کوٹ لکھنوت، لاہور۔ فون: ۵۱۴۱۷۳۳-۵۱۴۱۵۵۶  
فکس: ۵۱۱۷۱۳۳ (۰۳۲)

## مطب ہمدرد

ادارہ ہمدرد (وقف) پاکستان نے علاج معالجے کی سہولتوں کے پیش نظر پاکستان کے مختلف شہروں میں پرائیویٹ اداروں کے ذریعہ تمام مطب ہمدرد قائم کیے ہیں۔ ان کے نام و پتے درج ذیل ہیں:

مطب ہمدرد: ہنگواری روڈ، نزد رائل بیکرز، مانسہرہ (ہزارہ)۔ فون: ۲۵۰۲ (۹۸۷)	مطب ہمدرد: ریلوے سوسائٹی پلازہ، گڑھی شاہو، علامہ اقبال روڈ، لاہور۔ فون: ۶۳۷۳۳۳۰ (۰۳۲)	مطب ہمدرد: حضور ی باغ روڈ، ملتان۔ فون: ۵۷۱۱۹۸ (۶۱)
مطب ہمدرد: 51-C عرفا روق پلازہ، سینٹلائٹ ٹاؤن، چاندی چوک، مری روڈ، راولپنڈی، فون: ۳۱۰۳۱۳	مطب ہمدرد: ۱۸-۱ نزد آ پارہ مارکیٹ، مین وحدت روڈ، لاہور۔ فون: ۵۸۶۸۱۰۸ (۰۳۲)	مطب ہمدرد: دکان نمبر ۱۱ اور ۲، زمیہ پلازہ، مولا نا محمد علی جوہر روڈ، مقابلہ الرحیم شاپنگ سینٹر، حیدر آباد فون: ۶۱۸۶۶۶ (۰۳۲)
مطب ہمدرد: ۲۲۸ راوی روڈ، نزد دینار پاکستان، لاہور۔ فون: ۲۰۳۱۶۱ (۰۳۲)	مطب ہمدرد: دکان نمبر D-7 قریب پارک، شاد باغ روڈ، لاہور۔ فون: ۳۸۰۹۳۳۱-۰۳۲۰	مطب ہمدرد: ماڈل ٹاؤن - A گلی نمبر ۲، مین بازار، فیصل آباد۔ فون: ۲۶۳۷۵۵۱
مطب ہمدرد: ۲- مین روڈ، علامہ اقبال ٹاؤن، نزدائیکیم موڑ، لاہور۔ فون: ۵۳۱۹۷۸۸ (۰۳۲)	مطب ہمدرد: حاجی پورہ۔ ٹیکسٹ خاوم علی روڈ، سیالکوٹ۔ فون: ۲۵۷۱۷۷	مطب ہمدرد: گول چوک، سرگودھا۔ فون: ۷۳۱۳۳۱ (۰۳۵۱)
مطب ہمدرد: نمبر جناح پلازہ، ماڈل ٹاؤن الٹ روڈ، لاہور فون: ۵۱۶۸۸۲۵ (۰۳۲)	مطب ہمدرد: دکان نمبر 23/1 راوی روڈ، نذر منڈی، اوکاڑہ۔ فون: ۳۳۵۰۸۹۵-۰۳۲۳	مطب ہمدرد: ۹- میکا گلی روڈ، کوئٹہ۔ فون: ۸۳۳۶۷۷ (۰۸۱)
مطب ہمدرد: ہیکم کورٹ، مقابلہ قاتر بریگیڈ اسٹیشن، جی ٹی روڈ، شاہدرہ، لاہور۔ فون: ۲۹۳۱۰۲۹ (۰۳۲)		مطب ہمدرد: دکان نمبر AA-593، الہ آباد، پشاور روڈ، راولپنڈی۔

مطب ہمدرد:  
جہانگیر روڈ، کراچی۔  
فون: ۳۹۱۹۳۲۸ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
۵۰۲۔ ڈینٹس گارڈن،  
ڈینٹس ہاؤسنگ اتھارٹی، فیئر۔  
کراچی۔ فون: ۵۴۸۳۱۲ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
گلشن اپارٹمنٹ،  
پلاٹ نمبر ۷، نزد ڈسکویکری،  
گلشن اقبال، کراچی۔  
فون: ۳۹۷۷۱۶۹ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
دکان نمبر ۳، السید سینٹر  
نیشنل ہائی وے، کاندھ آباد، کراچی۔  
فون: ۵۴۲۰۵۱

مطب ہمدرد:  
دکان نمبر ۱۹۹، اتر اکیلیکس،  
پلاک نمبر ۷، جوہر چورنگی،  
گلستان جوہر۔ کراچی۔  
فون: ۴۰۲۱۱۳۱

مطب ہمدرد:  
دکان نمبر ۳۵،  
سن لے بنگلو،  
صفورا چوک، اسکیم نمبر ۳۳، کراچی۔  
فون: ۴۴۰۰۶۷۵

مطب ہمدرد:  
پلاٹ نمبر ۱۳، بلاک ا۔ سی،  
اورنگی ٹاؤن، کراچی۔  
فون: ۶۶۶۴۶۵۰ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
۱۳/۱۱، دور پارک،  
انڈسٹریل ایریا،  
لیاقت آباد، کراچی۔  
فون: ۴۱۴۳۶۳۶ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
مین شاہراہ فیصل، اشار گیٹ،  
نزد عوامی اقبال کالج، کراچی۔  
فون: ۴۵۸۱۰۳۳ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
دکان نمبر ۱۰، سلطان آرکیڈ،  
شرف آباد، کراچی۔  
فون: ۴۸۷۱۵۱۵ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
بی۔ ۵، بلاک نمبر ۱۸، بمن آباد،  
ایف بی ایریا، کراچی۔  
فون: ۶۶۷۷۵۳۰ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
دکان نمبر ۲ (اسٹیلیم شاپس)،  
پلاٹ نمبر ۱، سروے نمبر ۱۳۵،  
شاہ فیصل کالونی، کراچی۔  
فون: ۴۵۷۷۷۰۲ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
سعید آباد، بلدیہ ٹاؤن، کراچی۔  
فون: ۲۸۱۳۵۲۹ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:  
دکان نمبر ۹، بیکٹر ۱۳، رے،  
شادمان ٹاؤن، تار تھ کراچی، کراچی۔  
فون: ۶۰۰۲۳۷ (۰۲۱)

## ہمدرد

۱۹۰۶ء میں جب بانی ہمدرد جناب حافظ عبدالمجیدؒ نے اس ادارے کی بنیاد ڈالی تھی تو ان کے پیش نظر طب مشرقی اور اطبا اور طب مشرقی کی دواسازی کے سارے مسائل تھے۔ طب مشرقی جس تیزی کے ساتھ ختم ہو رہی تھی، اس کے اسباب پر ان کی گہری نظر تھی، اس لیے انھوں نے طب مشرقی کی دواسازی کے معیار کو پیش نظر رکھا اور اس کی اصلاح کا بیڑا اٹھایا۔ ہمدرد کی بنیاد جب پڑی تو اس کے متعین مقاصد یہ تھے:

- ۱۔ طب مشرقی میں تحقیق وریسرج کے دروازے ایک بار پھر کھولے جائیں۔
- ۲۔ اطبا کے معیار علمی کو بہت بلند کیا جائے اور ان کے مطبوں کو عظمت دی جائے۔
- ۳۔ طب مشرقی کی دواسازی کے معیار کو بلند کیا جائے اور اسے نہایت ترقی یافتہ ممالک کے مقابلے میں کھڑا کر دیا جائے۔

۴۔ طب مشرقی کو اہل ملک کے لیے مفید تر بنایا جائے۔

حالات نے ثابت کیا کہ بانی ہمدرد کی نظر دور رس تھی اور انھوں نے جو مقاصد ہمدرد کے لیے متعین کر دیے تھے وہ بالکل صحیح تھے اور ان ہی پر عمل کر کے آج برصغیر میں طب کو فنا اور اغیار کی دست برد سے بچایا جاسکا ہے۔ اس باب میں ہمدرد نے جو شدید جدوجہد کی اور برصغیر میں حکیم حاجی عبدالحمید صاحب دہلوی (ہمدرد انڈیا) اور حکیم حاجی حافظ محمد سعید (ہمدرد پاکستان) نے سر دھڑکی بازی لگا کر فن طب مشرقی کا تحفظ کیا۔ اب اس کو الحمد للہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ یہ حقیقت ہے اور ناقابل تردید کہ اگر برصغیر پاک و ہند میں ہمدرد کی جدوجہد اور محسنین طب جناب حکیم حاجی عبدالحمید دہلوی اور جناب حکیم محمد سعید کا ایثار اور قربانی نہ ہوتی تو برصغیر میں طب مشرقی کا وجود ختم ہو چکا ہوتا۔

ملک و ملت آگاہ ہے کہ ہمدرد طب مشرقی اور اطبا کی خدمت میں شب و روز مصروف ہے۔ اور انشاء اللہ اس میں ہمیشہ مصروف رہے گا۔ لوگوں کو صحت مند رکھنے کی جو جدوجہد ہمدرد نے ہر میدان میں جاری رکھی ہے۔ انشاء اللہ اس کے خوش گوار نتائج برآمد ہوں گے۔

ڈاکٹر نوید الظفر۔ مینیجنگ ڈائریکٹر

## ترتیب

6.....	انسانی بدن کی حیرت ناک مشین
10.....	ہمارا دماغ
18.....	ہماری آنکھیں
25.....	ہماری ناک
28.....	ہمارے کان
31.....	آواز کا آلہ
34.....	ہماری زبان
38.....	ہمارے ہاضمے کا نظام
43.....	ہماری آنتیں
54.....	ہمارا جگر
61.....	ہمارا دل
69.....	ہمارے پھیپڑے
74.....	ہمارے گردے
78.....	غیر قاتی غدود کا نظام
92.....	رحم و ملحقات
98.....	جلد کے فائدے



# انسانی بدن کی حیرت ناک مشین

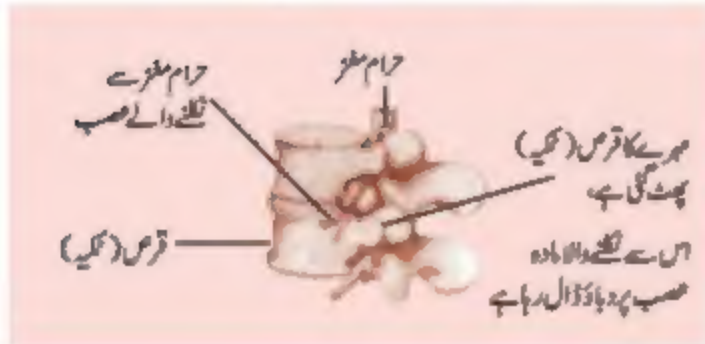
انسان تمام مخلوقات میں بہترین اور کامل ترین مخلوق (اشرف المخلوقات) ہے اور انسانی بدن کی مشین قدرت کی کاریگری کا سب سے زیادہ عجیب و غریب اور پیچیدہ ترین نمونہ ہے۔ اس مشین کے سب پرزے اپنے اپنے کاموں کے لیے خاص وضع اور موزوں ترین محل و مقام رکھتے ہیں اور حالت تن درستی اور مناسب حالات میں اپنے فرائض نہایت خوش اسلوبی کے ساتھ ادا کرتے رہتے ہیں۔ سانس ہر آن بلا احساس بے دھڑک چلتا رہتا ہے۔ بھوک کے وقت غذا کا نوالہ اور پیاس بجھانے کے لیے پانی کا گھونٹ بلا روک حلق کے نیچے گزر جاتا ہے۔ زبان کڑوا، میٹھا، نمکین، پھیکا ہر قسم کا ذائقہ پہچان کر محسوس کرتی ہے۔ غذا، ہضم کے مختلف مرحلے طے کر کے مفید اور ضروری اجزاء کو جزو بدن بناتی ہے، بے کار اجزاء کے فضلات بنتے ہیں اور باہر نکالے جاتے ہیں۔ بدن کی حرارت موسم، مقام، کام یا آرام اور ضرورت کے لحاظ سے گھٹتی بڑھتی رہتی ہے، دل کی دھڑکن کے ساتھ خون تمام رگوں میں پھیل کر بدن میں چکر لگاتا رہتا ہے، آنکھیں دیکھتی اور کان سنتے ہیں۔ سردی، گرمی، دکھ درد، سکون آرام، نکان وغیرہ کا جلد اور بدن کو احساس ہوتا ہے۔ دماغ میں خیالات اور جذبات کی موجیں ٹھانیں مارتی ہیں۔ غرض یہ اور ایسے بہت سے کام ہمیشہ ہوتے رہتے ہیں اور ہمیں کانوں کان خبر نہیں ہوتی کہ سارا ہنگامہ کیسے اور کہاں پر پا ہوا؟ اور کن کن گل پرزوں نے اس میں حصہ لیا۔

کبھی آپ نے غور کیا ہے کہ بدن کی یہ حیرت انگیز پیچیدہ مشین کس طرح اور کیوں کر چل رہی ہے؟ اس کے پرزے کون کون سے ہیں اور کہاں کہاں واقع ہیں، ان کے خاص خاص کام اور نام کیا ہیں؟ ان کی کارگزاری قائم رکھنے کی کیا ترکیبیں ہیں؟ ان کی خرابیاں کیسے دور کی جاسکتی ہیں اور کارگزاری بڑھانے کے کیا طریقے ہیں؟

ایک گھڑی ساز پہلے گھڑی کے پرزوں کی واقفیت حاصل کرتا ہے، ان کے نام، مقام اور کام کو جانتا پہچانتا ہے اور پھر ضرورت کے وقت ان کے بگاڑ کو درست کرنے کی طرف متوجہ ہوتا ہے اسی طرح آپ کا بھی فرض یہ ہے کہ اپنے بدن کے گل پرزوں اور ان کے کاموں سے واقف ہوں تاکہ خدا نخواستہ اگر کبھی جسمانی مشین میں کوئی خرابی پیدا ہو جائے تو اس کی مرمت میں آسانی ہو۔

## بدن کا ڈھانچہ اور فائدے

ہمارا بدن گوشت، پوست اور ہڈیوں سے بنا ہوا ہے۔ یہ قدرت کی عجیب کارگزاری ہے کہ ہمارے بدن کے بیرونی چکنے پوست اور نرم لوچ دار گوشت کے نیچے سخت اور مضبوط ہڈیوں کا ڈھانچہ ہے۔ یہ ڈھانچہ بدن کا سہارا ہے اور سارا بوجھ سنبھالتا ہے، بدن کے اندرونی نرم حصوں کو ان کی صحیح جگہ پر قائم اور دباؤ یا چوٹ سے محفوظ رکھتا ہے۔ ڈھانچے کی ہڈیاں ضرورت کے لحاظ سے کہیں لمبی، کہیں گول موٹی اور چھوٹی، کہیں پتلی چٹھی یا چوڑی چکلی ہوتی ہیں۔ ہڈیوں میں کہیں جوڑ ہوتے ہیں جن کی مدد سے ہم ہاتھ پیر موڑ یا پھیلا سکتے ہیں، چل پھر سکتے ہیں اور بدن کو ہلا جلا سکتے ہیں۔ ڈھانچے کی سب ہڈیوں کی تعداد ۲۴۶ ہے۔



## ریڑھ کا ستون

ڈھانچے کی تصویر کو غور سے دیکھئے اس میں ہڈیوں کی ایک خاص اور حیرت ناک ترتیب نظر آئے گی۔ درمیانی یا دھڑ کے حصے میں پیٹھ کی طرف پیچوں بیچ میں ایک لمبا ستون یا کھمبا ہے جو پورے ڈھانچے کو



سنجھالے ہوئے ہے۔ یہ ریزھ کی ۲۶ گول حلقے دار موٹی اور چھوٹی چھوٹی ہڈیوں (مہروں) سے بنتا ہے جو تنہج کے دانوں کی طرح پروٹی ہوئی اوپر تلے رکھی ہوئی ہیں اور جن کے بیچ میں ایک سوراخ یا نالی ہے جس میں حرام مغز کی لمبی ڈوری محفوظ رہتی ہے۔ یہ ڈوری اوپر جا کر دماغ سے مل جاتی ہے اوپر اس سخت ستون کے سرے پر ”سر“ یعنی کھوپڑی قائم رہتی ہے اور نیچے کے سرے پر دمچی کی ہڈی ہے۔ ریزھ کے اس ستون میں چار غم ہوتے ہیں۔ اس کے چھوٹے چھوٹے بہت سے مہروں میں یہ حکمت ہے کہ ان کے درمیان میں کئی جوڑ ہوتے ہیں جن کی وجہ سے ہم پیٹھ کو با آسانی جھکا سکتے ہیں اور ستون پر زیادہ زور بھی نہیں پڑنے پاتا۔

### کھوپڑی



سر کی بالائی پیالے نما چھٹی ہڈیوں کے باہم ملنے سے گویا ایک صندوق بن جاتا ہے جس کے اندر دماغ محفوظ رہتا ہے (صندوق دماغ) کھوپڑی کے سامنے اور نیچے ہڈیوں سے چہرہ اور جڑے بنتے ہیں۔

### سینے

سینے کے حصے میں ریزھ سے دائیں بائیں بارہ بارہ پتلی، غم دار ہڈیاں پیچھے سے آگے کی طرف کمان کی طرح پھیل کر پسلیاں بناتی ہیں۔ ان کے سرے سامنے سینے کی طرف ایک موٹی، چھٹی، لمبی ہڈی (قص) کے ساتھ پیوست ہو کر گویا ایک پنجرہ یا پنجرہ بنا دیتی ہیں جس کے اندر دل اور پیچھے محفوظ رہتے ہیں۔ پسلیاں نرم اور لچکدار ہوتی ہیں جس سے سینے کے پھیلنے اور سانس کے آنے جانے میں آسانی ہوتی ہے۔

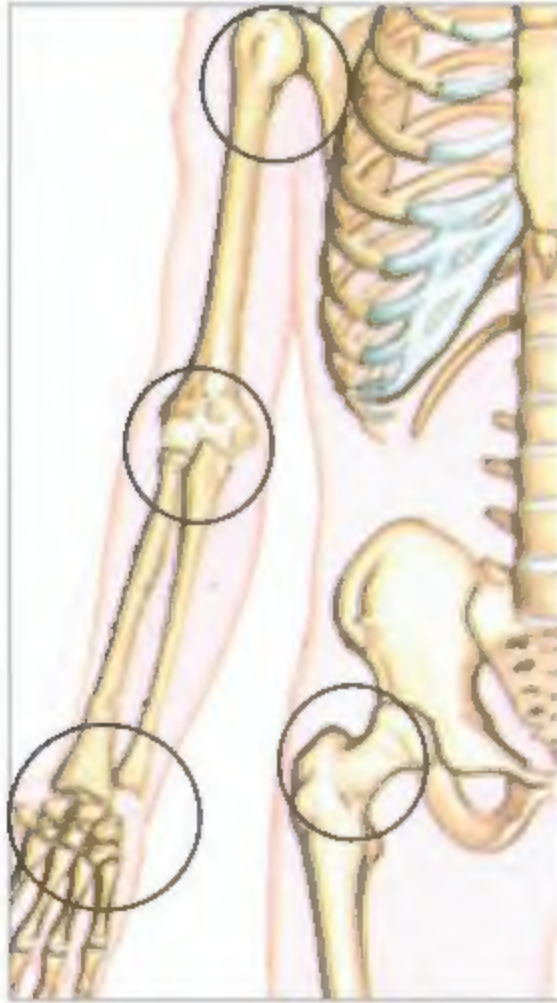


## کولہا

نیچے بڑھ کر ریڑھ کا ستون کو لھے کی حوض نما ہڈیوں کو سہارتا ہے اور اس حوض کے دونوں طرف ٹانگوں کی لمبی ہڈیاں لگی ہوئی ہیں جس سے کولھے کا جوڑ بنتا ہے۔ بازو، ہاتھ، ران اور پنڈلی کی لمبی ہڈیاں ٹھوس نہیں ہوتیں بلکہ ان کے اندر ایک نالی ہوتی ہے جس میں گودا بھرا ہوتا ہے جو ان کو خون کی غذا پہنچاتا ہے۔ اس نالی کی موجودگی سے یہ ہڈیاں کمزور نہیں بلکہ زیادہ مضبوط ہوتی ہیں۔ اسی طرح کھوپڑی کی چھٹی ہڈیاں دو تہوں سے بنتی ہیں اوپر کی تہہ سخت، اندرونی تہہ اسٹینج کی جالی دار ہوتی ہے جس سے یہ زیادہ مضبوط بن جاتی ہیں۔



## ہڈیوں کے جوڑ



ہڈیوں کے جوڑ بھی حیرت ناک ہوتے ہیں۔ جوڑوں میں ایک ہڈی پر ہڈی پھسل کر حرکت کر سکتی ہے۔ یہاں ہڈیوں کے سرے نہایت چکنے ہوتے ہیں اور انھیں ایک چپ چپی رطوبت چکنا کر کے تر رکھتی ہے۔ بعض جوڑ (مثلاً کہنی کے جوڑ) نرمادگی دار (HINGED) ہوتے ہیں اور بعض (مثلاً کندھے اور کولھے کے جوڑ) میں ایک ہڈی کا سرا گول گیند نما ہوتا ہے جو دوسری ہڈی کے پیالی نما گڑھے کے اندر گھوم کر حرکت کرتا رہتا ہے (BALL AND SOCKET SOCKET) چھوٹے بچوں کی ہڈیاں شروع میں نرم ہوتی ہیں اور دباؤ یا چوٹ سے (ہری ڈالی کی طرح) جلد جھک کر لیڑھی ہو سکتی ہیں مگر بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ ہڈی میں چونے کا جماؤ زیادہ ہونے سے سختی اور مضبوطی پیدا ہو جاتی ہے۔

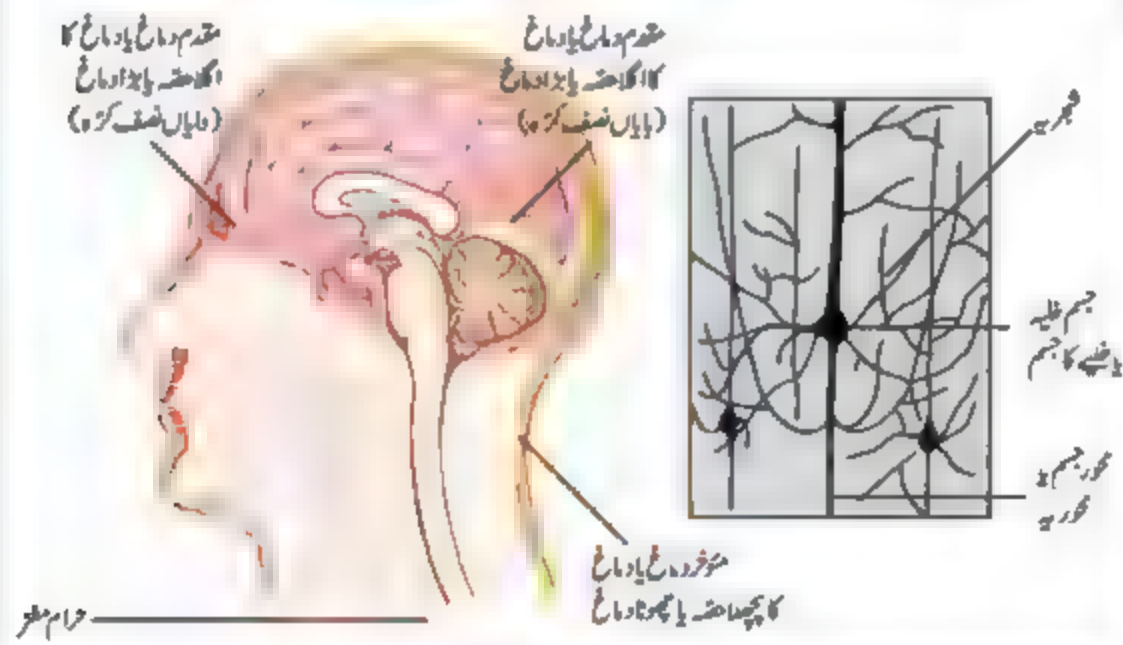


## ہمارا دماغ

ہمارے بدن کے تمام حصے اپنا اپنا کام ٹھیک وقت پر باقاعدگی اور توازن کے ساتھ کرتے رہتے ہیں۔ کوئی حصہ کسی دوسرے حصے کے کام میں خلل نہیں ڈالتا بلکہ اس کی مدد کرتا ہے۔ اس طرح بدن کی مشین بے روک ٹوک چلتی رہتی ہے۔ نیند میں بھی بدن کے ضروری کام جاری رہتے ہیں بلکہ بے ہوشی تک میں زندگی کا چراغ جلتا رہتا ہے۔ یہ کتنی عجیب بات ہے کہ غذا کی ضرورت کے وقت ہمیں بھوک پیاس کا احساس ہوتا ہے اور ہم غذا کی تلاش میں ناگوں کو چل کر جانے کا، ہاتھوں کو منہ میں نوالہ رکھنے کا، چیزوں کو چبانے کا، حلق کو نوالہ نگلنے کا حکم دیتے ہیں۔ پھر معدہ اور آنتیں ہضم و جذب وغیرہ کے کام سلسلہ بہ سلسلہ ادا کرنے لگتی ہیں۔ دسترخوان پر پنے ہوئے کھانوں میں ہم اپنی پسند کے کھانے کا انتخاب کرتے ہیں اور نا پسند یا مضر چیز کو ہاتھ تک نہیں لگاتے۔

### دماغ بدن میں حاکم اعلیٰ ہے

غور کرنے سے معلوم ہوگا کہ ایسی سینکڑوں چیزیں ہیں جن کو کرنے یا نہ کرنے کا حکم ہم اپنے اعضا کو رات دن دیتے رہتے ہیں اور اعضا ہمارے احکام کی تعمیل کرتے ہیں۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ ہمارے بدن کی





سلطنت میں کوئی خاص حصہ ایسا ہے جو بدن کے تمام دوسرے حصوں کا حاکم اعلا یا افسر ہے وہی حکم جاری کرتا ہے کہ یہ کرو، وہ نہ کرو۔ یہ فرماں روا حاکم دراصل ہمارا دماغ ہے جو اپنے ماتحت افسروں اور مختلف اعضا کے ذریعے بدن کا سب انتظام کرتا کرتا ہے۔ دماغ گویا ہمارے بدن میں مرکزی ٹیلی فون ایکس چینج آفس ہے، جس کے پاس بدن کے ہر گوشے بلکہ روئیں روئیں سے پیغامات اور خبریں پہنچتی رہتی ہیں اور پھر وہ براہ راست یا اپنے ماتحت مرکزوں کے ذریعے مناسب احکامات صادر کرتا ہے۔

دماغ نہ صرف نقل و حرکت کے احکام صادر کرتا ہے بلکہ اسی کے اشاروں پر ہم بولتے، بات چیت کرتے ہیں۔ اسی وجہ سے ہمیں چھونے، دیکھنے، سننے، سردی، گرمی، درد کی تکلیف بلکہ اچھے اور برے تک کا احساس ہوتا ہے۔ دماغ ہی گئی گزری باتوں کی یاد ہمارے حافظے میں محفوظ رکھتا اور تازہ کرتا ہے۔ وہی سوچتا سمجھتا پرکھتا ہے۔ وہی ہمارے تمام خیالات و جذبات کا سرچشمہ و خزانہ ہے، اسی لیے ضروری ہے کہ جسم کے دوسرے حصوں کے ساتھ دماغ کو صحیح، تندرست، چست اور چوکنا رکھنے کے لیے خاص احتیاط کریں اسے اچھی باتوں کی تربیت دیں اور بری باتوں سے بچائیں، ورنہ اس کی خرابی سے بدن کے دوسرے سب حصے بے قاعدہ، بے قابو اور بے ڈھنگے ہو جائیں گے۔ اپنا کام ٹھیک وقت پر اور خوبی کے ساتھ نہیں کریں گے۔ ایک حصہ دوسرے حصوں کے کاموں میں دخل دے کر رکاوٹ پیدا کرنے لگے گا اور سارا انتظام جسم درہم برہم ہو کر ہمارا بدن کمزور اور بیمار ہو جائے گا۔

### دماغ کی بناوٹ اور مقام

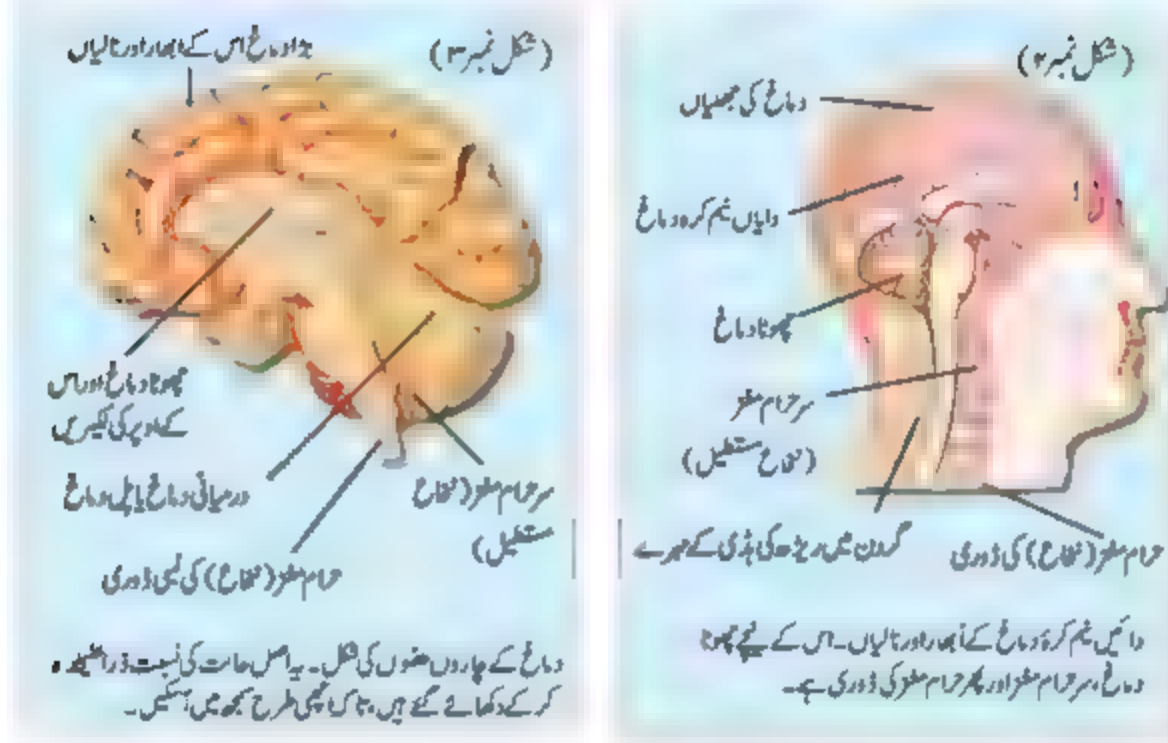
دماغ ہمارے سر میں چہرے سے اوپر اور پیچھے



بڑا دماغ  
بڑے دماغ کے دو نیم نرے۔ جن کے درمیان کیراٹھاف ہے۔  
لوہری سطح پر بہت سے اہم اور پیچیدہ دانتالیاں ہیں۔

کھوپڑی کی مضبوط ہڈیوں سے بنے ہوئے صندوق میں محفوظ رکھا ہوا ہے کیونکہ وہ نہایت نرم و نازک اور گودے دار بناوٹ رکھتا ہے پھر اس پر جھلیاں غلاف بناتی ہیں اور کھوپڑی کے اوپر سخت اور لوچ دار تہہ کے بعد سر کا موٹا بال دار پوست چڑھا ہوا ہوتا ہے۔ انسان کا دماغ تمام جانداروں میں سب سے زیادہ وزنی (بدن کا ۴۰/۱ حصہ) اور ترقی یافتہ ہوتا ہے، اسی لیے انسان تمام حیوانوں میں عقل کا مثلاً مشہور ہے۔

## دماغ کے نمایاں حصے



سہولت کے لیے دماغ کو چار حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے (دیکھو تصویریں) (۱) اگلے یا بڑا دماغ (شکل نمبر ۱، نمبر ۲، نمبر ۳) یہ کھوپڑی کے سامنے دو درمیان اور پیچھے گڑھوں میں رہتا ہے اور دو نیم کروں کی شکل میں ہوتا ہے جن کے درمیان ایک گہرا شکاف ہوتا ہے۔ اس کی اوپری سطح پر ابھار ہوتے ہیں جن کے درمیان چھوٹی چھوٹی ویدھ درزیں یا تالیاں ہوتی ہیں۔ اس کے اندر بعض خالی خانے (بطون) بھی ہوتے ہیں۔ جس و حرکت اور حواس کے اعلا مراکز بڑے دماغ ہی میں ہوتے ہیں اور یہ ماتحت مرکزوں کو احکام صادر کرتے ہیں۔

(۲) بھونٹا دماغ۔ یہ بڑے دماغ کے پچھلے حصے کے نیچے کھوپڑی کے پیچھے گڑھے میں ہوتا ہے۔ اس کی سطح پر ابھار نہیں ہوتے بلکہ لمبی گول لکیریں ہوتی ہیں۔ (شکل نمبر ۲)

(۳) درمیان دماغ یا بھل یہ حرام مغز کے گرد گھومتا ہوا بڑے دماغ کے دونوں طرف کے نیم کروں کو باہم ملاتا ہے (شکل نمبر ۳)

(۴) سرخام مغز (نخاع مستطیل) یہ حرام مغز کا اوپری موٹا حصہ ہے جو اوپر جا کر درمیان دماغ میں ختم ہوتا ہے اور نیچے سے آنے والے حرام مغز کو دماغ سے ملاتا ہے (شکل نمبر ۲، ۳)

حس و حرکت کیسے ہوتی ہے؟ حرام مغز (نخاع) کی لمبی ڈوری ریزہ کی ہڈی کی نالی کے اندر دھجی سے لے کر اوپر آ کر دماغ کے اس آخری حصے (سرخام مغز) سے مل جاتی ہے۔ اس ڈوری میں ماتحت مراکز ہوتے ہیں

جو دماغ کے حرکتی احکام کو بدن کے مختلف حصوں تک پہنچاتے ہیں اور بدن سے آنے والے تمام حسی پیغاموں کو دماغ تک لے جاتے ہیں۔ حرکتی احکام سے ہمارے ہاتھ پاؤں وغیرہ حرکت کرتے ہیں اور حسی پیغاموں سے ہمیں دکھ درد، سردی گرمی اور چھونے وغیرہ کا احساس ہوتا ہے۔

**دماغ کی تندرستی:** آپ کو معلوم ہو چکا ہے کہ دماغ بدن کا حاکم اعلا ہے اور بدن کی تندرستی کے لیے دماغ کا تن درست ہونا ضروری ہے۔ اسی واسطے ہمیں دماغ کی بہت حفاظت کرنی چاہیے اور اسے نہ صرف بیرونی چوٹوں سے بچانا چاہیے بلکہ بری باتوں اور نقصان دینے والی عادتوں سے بھی محفوظ رکھنا چاہیے۔

دماغ کو قوی کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ ہم ہر وقت، ہر چیز چاہے کھیل ہو یا کام، پوری توجہ سے کریں۔ اچھے خیالات رکھیں، ہر چیز کے اچھے برے کو اچھی طرح سوچیں سمجھیں۔ اچھی چیز اختیار کریں۔ بری باتوں (جھوٹ، جھٹی وغیرہ) سے پرہیز کریں۔ خوش مزاجی کی عادت ڈالیں۔

ان چیزوں کی مشق سے دماغ کو تربیت حاصل ہوتی ہے جس سے وہ قوی ہوتا ہے اور پھر ان سب اچھے کاموں کو بآسانی کر سکتا ہے۔ اس طرح رفتہ رفتہ ہمیں خوش مزاجی، نیکی اور سچائی کی عادت ہو جاتی ہے اور ہمیں اپنے تمام افعال و کردار (کاموں اور چال چلن) پر قابو حاصل ہو جاتا ہے۔ یاد رکھنا چاہیے کہ اگر دماغ کو اچھی باتوں کی تربیت نہ دی جائے تو وہ بہت جلد بری عادتیں سکھ لیتا ہے اور دماغ کی بری عادتوں کو توڑنا اور چھڑانا بہت ہی مشکل ہوتا ہے۔ بے فکری سے دماغ کو نقصان پہنچتا ہے اور وہ بے توجہی سے کام کرنے لگتا ہے۔ جھوٹ بھی دماغ پر برا اثر ڈالتا ہے جس سے وہ غلط خیالی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ بد مزاجی اور جھٹلنے سے دماغ کو کافی نقصان پہنچ کر ہماری قوت ارادی کم زور ہو جاتی ہے۔ بدن کے دوسرے حصوں کی طرح دماغ کو بھی نہ صرف ورزش و تربیت کی ضرورت ہوتی ہے بلکہ کافی غذا اور آرام کی بھی۔ بدن کا خون اسے غذا پہنچاتا ہے۔ آرام زیادہ تر اچھی اور پوری خیند سے حاصل ہوتا ہے۔ آٹھ سال سے کم عمر بچوں کے لیے ۱۲ گھنٹے سونا ضروری ہے۔ دن کے وقت تھکے ہوئے دماغ کو آرام دینے کا طریقہ یہ بھی ہے کہ اپنے کام کو بدل دیا جائے، مثلاً اگر حساب یاد کرتے کرتے دماغ تھک گیا ہے تو دوسرا کوئی مضمون یا کتاب پڑھنے لگیں۔ چونکہ مختلف کاموں کے لیے دماغ کے جدا جدا حصے یا مرکز کام کرتے ہیں۔ اس لیے کام بدل دینے سے اس کے تھکے ہوئے حصے کو آرام بھی مل جاتا ہے۔

دماغ چوں کہ زہروں کی بہت تھوڑی سی مقدار سے جلد متاثر ہو جاتا ہے۔ اس لیے ہمیں اپنے خون کو شراب، تمباکو وغیرہ زہروں کی آلودگی سے بچانا چاہیے۔ خون کے ذریعے سے یہ زہر دماغ میں پہنچ کر (بالخصوص بچوں کے بڑھتے ہوئے دماغ کی بڑھوتری کو روک کر) بہت نقصان کر دیتے ہیں۔ بدن کے معمولی فضلات بھی اگر اچھی طرح خارج نہ ہوں تو وہ ہمارے خون کو زہر آلود کر سکتے ہیں جس سے دماغ پر برا اثر پڑ کر



درد سر، نکان وغیرہ پیدا ہو سکتی ہے۔ اس لیے بچوں کو اپنے بدن کی اندرونی صفائی کا ہمیشہ خیال رکھنا چاہیے تاکہ دماغ تندرست اور چوکنا رہے۔ یاد رکھنا چاہیے کہ حافظے کا تعلق دماغ سے ہے۔ اگر آپ کو یہ شکایت ہے کہ آپ چیزوں کو بھول جاتے ہیں، سبق یاد نہیں رہتا، باتیں حافظے سے نکل جاتی ہیں تو اس پر غور کرنا چاہیے کہ آپ نے کہیں اپنے دماغ سے ضرورت سے زیادہ یا کوئی غیر ضروری کام تو نہیں لیا ہے۔ اپنے دماغ سے آپ جتنا کام لیں اتنا ہی اسے آرام بھی دیجئے۔ صحت دماغی کا یہ بہترین ٹانک ہے۔

### تقویت دماغ کے لیے

ایک ہمدرد معالج اپنے زیر علاج مریضوں کی تکلیف رفع کرنے کے لیے اپنے فکر و نظر کی عظمتوں کے ساتھ اور اپنے دل کی گہرائیوں کے ساتھ برسر عمل رہتا ہے۔ ضعف دماغ ایک عام تکلیف ہے اور طبیب کو اپنے مطب میں اکثر و بیشتر ایسے مریضوں سے واسطہ پڑتا ہے۔ ذیل میں چند نسخے درج ہیں کہ جو ایک ہمدرد معالج مختلف حالات میں اپنے مریضوں کے لیے تجویز کرتا ہے۔

#### ہوالشافی

صبح	غیر ہمدرد، ۶ گرام	ہمدرد، ۲ گرام	نیم گرم پانی میں مل کر کے
شب	دی ۵۰۰ ۲ عدد	ہمدرد، ۲ گرام	تازہ پانی میں مل کر کے ۲ گرام

یہ ایک بہترین نسخہ ہے کہ جو تقویت دماغ و جسم کے لیے تجویز کیا جاتا ہے۔ حالات کے مطابق ایک اور نسخہ درج ذیل ہے۔

#### ہوالشافی

صبح	قرص مرجان ۱ عدد	غیر ہمدرد، ۶ گرام	تازہ پانی کے ساتھ
شب	سوچنا ۲ گرام	گائے کا دودھ یا تازہ پانی کے ساتھ	

بعض اطمینان دہندہ دات کو بچوں پر بھی تجویز کرتے ہیں۔



# ہمدرد کا خمیرہ گاؤ زبان عذب جلیط

مقوی قلب و دماغ، مقوی اعصاب

صدیوں سے زیر استعمال، طب مشرق کا عجز فارمولہ جسے ہمدرد نے جدید تحقیق اور بہترین اجزاء کی شمولیت سے مزید موثر بنا دیا ہے۔

ہمدرد کا خمیرہ گاؤ زبان عنبری جواہر دار قلب و دماغ کو قوت دیتا ہے۔ مینائی تیز کرتا ہے۔ اعصابی کمزوری دور کر کے حافظہ اور سوچنے، سمجھنے کی صلاحیتوں میں اضافہ کرتا ہے۔ گھر کے ہر فرد کے لیے ایک بہترین ٹانک، ہمدرد کے خمیرہ گاؤ زبان عنبری جواہر دار کے باقاعدہ استعمال سے طلباء و طالبات اپنی قوت یادداشت میں اضافہ کر کے تعلیمی استعداد بڑھا سکتے ہیں۔

ہمدرد کا  
خمیرہ گاؤ زبان



عذب جلیط

دماغی و اعصابی ممکن کا بہترین علاج

ملک کی سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔  
آپ ہمدرد سے ہیں۔ ہمدرد کے ساتھ منسلک ہمدرد خمیرہ گاؤ زبان۔ ہمدرد کا عالمی منصوبہ۔  
ہمدرد کی تعلیمات کی بنیاد پر آپ کی تعلیمات کی بنیاد پر آپ کی تعلیمات کی بنیاد پر

ہمدرد کے متعلق مزید معلومات کے لیے ویب سائٹ ملاحظہ کیجیے:  
[www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

## خمیر کا ہمدرد

قلب، اعصاب اور دماغ کی تقویت کے لیے ایک نہایت ممتاز دوا ہے۔ اس میں طب قدیم اور طب جدید کی بہترین مقویات اور انتہائی موثر ادویہ جمع کر دی گئی ہیں جو محرک اور مقوی ہونے کے علاوہ اعضائے ریسر کی پرورش کرنے اور غذا بہم پہنچانے میں بے مثال ہیں۔ خمیرہ ہمدرد نہایت لطیف اور خوشبودار دوا ہے۔ محرک ہے۔ اشتہا کو بیدار کرتا ہے، دل کو طاقت دیتا ہے اور عام جسمانی صحت کو بحال کرتا ہے اس کے علاوہ صفراویت کو زائل کرتا ہے اور تشنجی امراض میں نافع ہے۔ ضعف عام اور ضعف اعصاب کے مریضوں کے لیے ایک نعمت ہے ہا ہے۔ فوہضم کی اصلاح کرتا ہے۔ نہایت سریع الاثر ہے۔ وہ فی کلان اور جسمانی کسل کو رفع کر کے بہت جلد طبیعت کو چاق و چوبند کر دیتا ہے۔

خوراک: ایک چائے کا چمچ جو کہ صرف چمچے کے لیوں تک بھرا ہوا ہون میں دوسرے یا جب ضرورت ہو۔

## سومینا

مقوی دماغ، مسکن، منوم، ذہنی انتشار، دماغی خلفشار اور بے خوابی کے لیے۔ "سومینا" ان مغزیات کا ایک لطیف مرکب ہے جو طب مشرقی میں تقویت جسم و دماغ اور تسکین کے لیے مفید اور موثر ہیں۔ خشکی دور کرنے، مصعب دماغ و حافظہ، بے خوابی، ذہنی انتشار، ذہنی خلفشار اور عصبی تناؤ کے لیے اس کے فوائد آزمودہ ہیں۔ قلب کو طہارت بخشنے اور بے لطف، نشاط انگیز نیند مانے کے لیے مغزیات اور گلوں کا خوش ذائقہ مرکب۔ "ہمدرد" نے کثیر الوقوع صورت حال کے پیش نظر مغز، دماغ، مغز کدوئے شیریں، جیم کاہو، جیم خشکاش کجہ سفید مقرر اور دوسرے اجزائے لطیف سے یہ خوش ذائقہ مرکب تیار کیا ہے۔ ان مغزیات کو پھولوں کے فرحت بخش رس میں ایک مقررہ مدت تک بھلویا جاتا ہے تاکہ ان کی تاثیر دو چند ہو جائے، اس کے بعد مخصوص طریقوں سے ان کی توانائی میں مزید اضافہ کر کے ذائقہ اور محاسن سے اس کو سکون بخش اور فرحت آمیز بنایا جاتا ہے۔

مقدار خوراک بالعموم دو چائے کے چمچے بھر دو، صبح اور ضرورتاً رات کو پانی یا دودھ میں حل کر کے دینا چاہئے۔ ضرورت ہو تو سہ چمچ کو بھی دو چمچے بھر دی جاسکتی ہے۔ سومینا کی انتہائی خوراک ۶ چمچے بھگتی چاہئے۔

بے خوابی کے لیے رات کو چائے کے چمچے بھر دو دودھ یا پانی کے ساتھ لینے سے بے سکون نیند آ جاتی ہے۔

"سومینا" ۱۳ خوراکیوں کے پیکنگ میں دستیاب ہے۔ خوراک متعین کرنے کے لیے پانے کا چمچ ساتھ ہے۔

## نزی

نزلہ وزکام کے متعلق جدید تحقیق یہ ہے کہ یہ خام قسم کے مادے کا نتیجہ ہیں۔ یہ مادے مختلف ذریعوں سے ناک کی اندرونی جھلی پر اثر انداز ہوتے ہیں اور اس جھلی پر درم پیدا کرتے ہیں۔ یہ درم بڑھ کر اندر دماغ تک پہنچ جاتا ہے اور رطوبت بہنی شروع ہو جاتی ہے۔ گلے اور کانوں پر بھی اس کا اثر ہوتا ہے۔ اس سے ثابت یہ ہوتا ہے کہ نزلہ وزکام کا صحیح علاج یہ ہے کہ مختلف تداویع اور دوا کے ذریعے سے تمام مادوں کو خارج کر دیا جائے تاکہ درم دور ہو جائے۔



نزلی ہمدرد کی خاص ایجاد ہے جو جدید ترین معلومات کی روشنی میں تیار کی گئی ہے۔ اس دوا کی چند خوراکیں نہ صرف نزلہ پیدا کرنے والے مادے کو فنا کر ڈالتی ہیں بلکہ دماغ، کان اور گلے پر نزلے کے جو برے اثرات ہوتے ہیں انہیں بھی نہایت کامیابی سے روک دیتی ہے۔ ۵۰ گرام اور ۱۰۰ گرام کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔

### کشتہ مرجان جواہر دار

آلہ عقل یعنی دماغ کے خاکی مادے کو بڑھا کر حسی تاثرات و محسوسات کو تیز کرتا ہے۔ اجسام و باطنیہ کو قوت دے کر بیٹائی کو تیز کرتا ہے۔ دل و جگر کو بھی طاقت دیتا ہے۔ دماغ کی کمزوری کو دور کرتا ہے نیز نزلہ و کھانسی اور دوسرے جو ضعف دماغ کے باعث ہوتا ہے دور کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۳۰ سے ۶۰ ملی گرام، ۶ گرام خمیرہ گاؤزبان غیری میں رکھ کر کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی سکتے ہیں۔

### دواء المسک معتدل جواہر دار

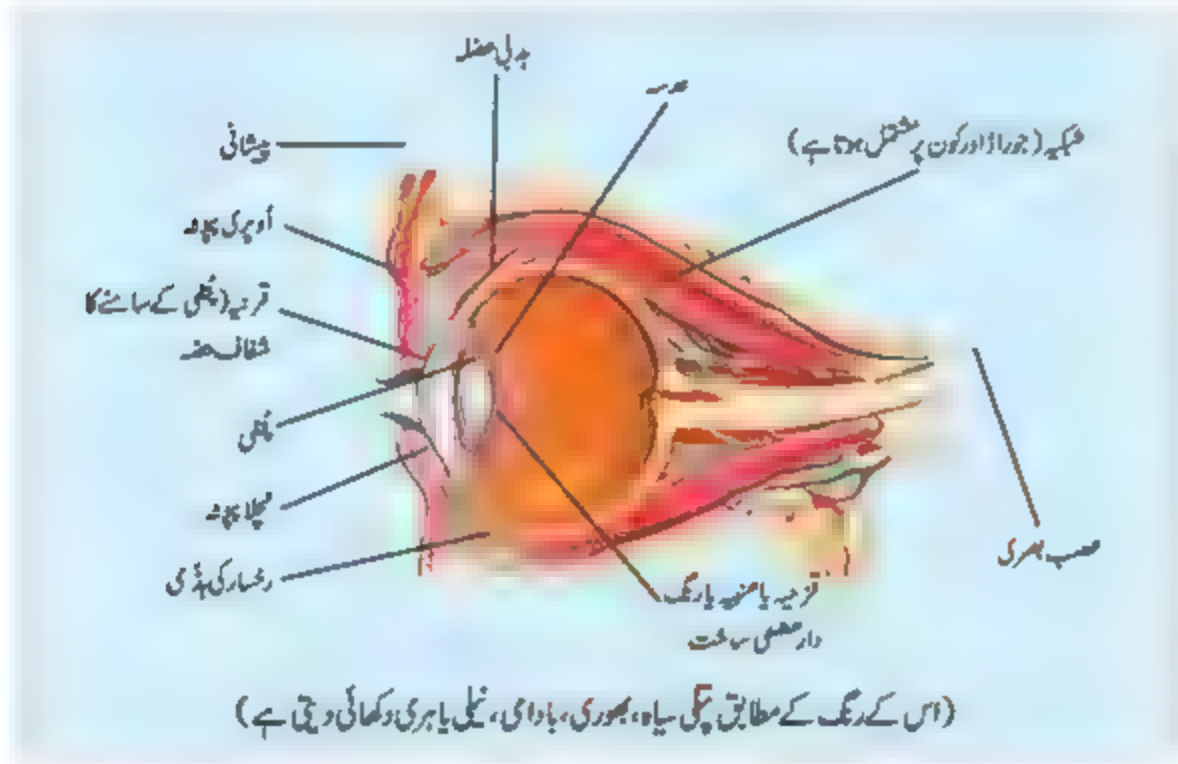
قیمتی ادویہ اور جزی بوٹیوں کا مرکب ہے۔ یہ دل کے افعال اور اس کی حرکات میں تنظیم اور تازگی پیدا کر کے دھڑکن کو قائم دیتی ہے۔ دل کی کواڑیوں کے نقائص دور کر کے دوران خون کو صحیح کرتی ہے۔ نہایت سریع الاثر محرک ہونے کی وجہ سے دل کو قوت دے کر بدن کے ہر عضو میں کافی خون پہنچاتی ہے، اس لیے غشی میں جب ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں، نہایت مفید ثابت ہوتی ہے۔ جگر کو طاقت دے کر اس کے افعال کو درست کرتی ہے۔ معدے کے غدود ہضمیہ (پپٹک گلیٹنڈز) کو طاقت دیتی ہے اور جو ہر ہاضم (پپٹ سین) کو بڑھاتی ہے۔ مقوی معدہ ہے۔ بیماری کے بعد کمزوری میں جب دل کسی ساختی بیماری سے کمزور ہو، نہایت مفید ہے۔ عام جسمانی کمزوری کو جلد دور کر دیتی ہے۔

ترکیب استعمال: غشی اور دل کی کمزوری میں عرق غبر ۵۰ ملی لیٹر، عرق گزر ۵۰ ملی لیٹر، مصری ۱۲ گرام کے ہمراہ کھائیں۔ معدہ اور جگر کی کمزوری میں عرق بادیان ۵۰ ملی لیٹر یا عرق ماء اللہم ۵۰ ملی لیٹر کے ہمراہ کھائیں یا صرف دواء المسک کھائیں۔

مقدار خوراک: ۱ سے ۶ سال تک ایک گرام سے ۲ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کو ۲ گرام سے ۶ گرام تک۔

# ہماری آنکھیں

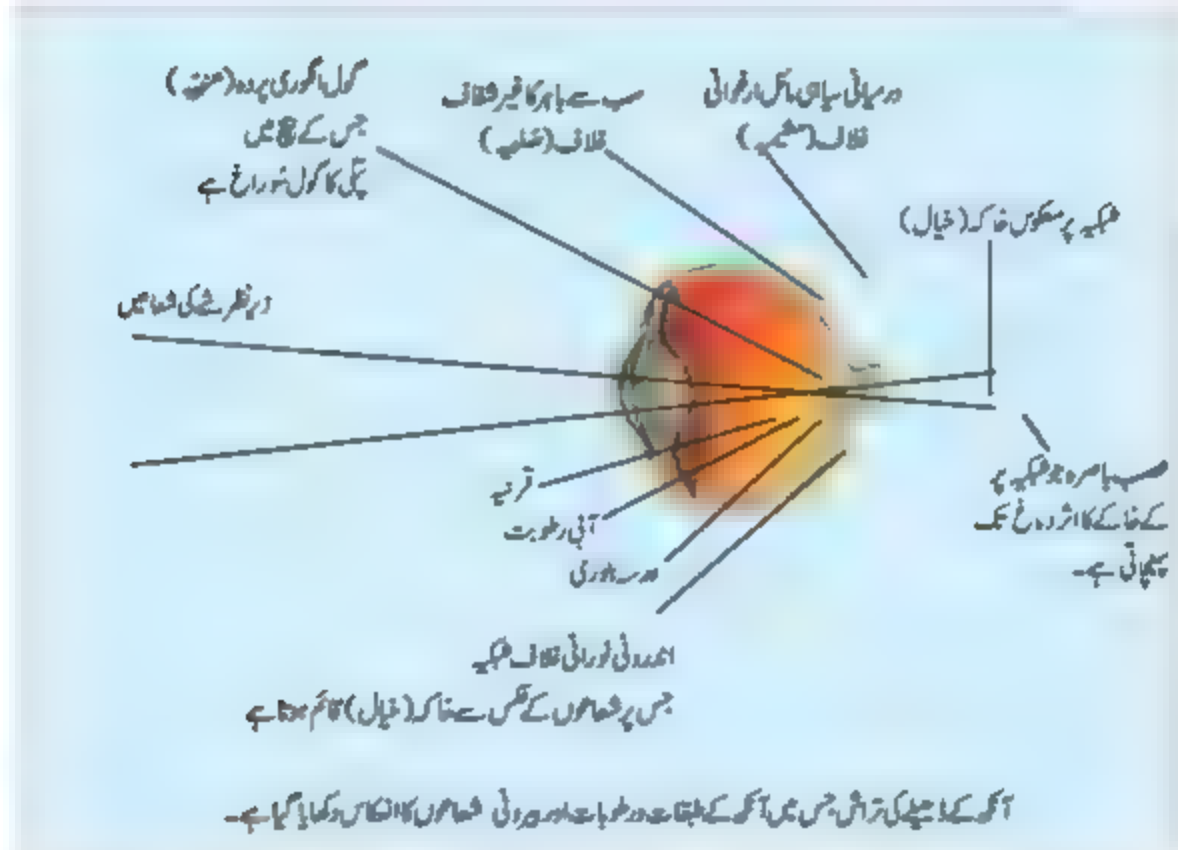
بدن کے تمام اعضاء میں جو دماغ کو آس پاس کے حالات سے باخبر رکھتے ہیں ہماری آنکھیں سب سے زیادہ حیرت ناک ہیں جن کی مدد سے ہم سب چیزوں کو دیکھ سکتے ہیں۔ اگر آنکھیں نہ ہوں تو ساری دنیا اندھیرا ہے۔ ہوتا یہ ہے کہ تمام چیزوں سے روشنی کی شعاعیں نکل کر ہماری آنکھوں میں پہنچتی ہیں اور آنکھیں ایک موٹی عصبی ڈور (عصب بصری) کے ذریعے اس کی خبر فوراً ہمارے دماغ کو پہنچا دیتی ہیں جس سے دماغ میں دیکھنے کا احساس پیدا ہوتا ہے۔



قدرت نے آنکھوں کو چہرے سے اوپر ہڈی کے دو گہرے خانوں میں نہایت محفوظ جگہ رکھا ہے۔ باہر سے دو پونے اور پلکیں ان کی حفاظت کرتی ہیں۔ آنکھیں چہرے کے سامنے ہیں اس لیے سامنے سیدھا دیکھ سکتی ہیں

اور ساتھ ہی نظر ہٹائے بغیر دائیں بائیں جانب بھی کسی حد تک دیکھ سکتی ہیں۔ ہم اپنی مرضی سے انھیں دائیں بائیں اور اوپر نیچے گھما سکتے ہیں۔ اس طرح گھمانے کے لیے ہر آنکھ کے ڈھیے پر گوشت کی جیسے پٹا بنیں (عضلات حرکت) لگی ہوئی ہیں۔ دو آنکھیں ہونے میں یہ فائدہ ہے کہ ہم ہر چیز کے ذیل ڈول کو بہت ٹھوس اور ابھرا ہوا دیکھ سکتے ہیں۔ اگر ایک آنکھ کو بند کر کے دوسری آنکھ سے کسی چیز کو دیکھا جائے تو وہ اس قدر ٹھوس اور نمایاں نظر نہ آئے گی۔ دونوں آنکھوں سے آس پاس اور اوپر نیچے کا میدان نظر زیادہ وسیع بھی ہو جاتا ہے یعنی ہم چاروں طرف زیادہ دیکھ سکتے ہیں۔ آنکھ کا دیدہ (سامنے کا کھلا حصہ) آنسوؤں سے ہمیشہ تر رہتا ہے۔ اگر کبھی گرد و غبار کا کوئی ذرہ آنکھ میں پہنچ جائے تو اکثر اوقات وہ آنسوؤں کی تیزی سے دھل کر باہر نکل جاتا ہے اور آنکھ صاف ہو جاتی ہے۔

## ایک کمرے کی طرح آنکھ کی بناوٹ



آنکھ کی بناوٹ بالکل فوٹو گرافی کے کمرے کی طرح ہے جس میں سامنے شیشے کا ایک لینس (عدسہ) ہوتا ہے اور پیچھے ایک حساس پلیٹ ہوتی ہے جس پر روشنی کا عکس پڑنے سے تصویر بنتی ہے۔ آنکھ میں بھی سامنے کے حصے میں ایک عدسہ ہوتا ہے جو روشنی کی شعاعوں کو اکٹھا کر کے پچھلے حصے میں منتقل کر دیتا ہے۔ جہاں ایک



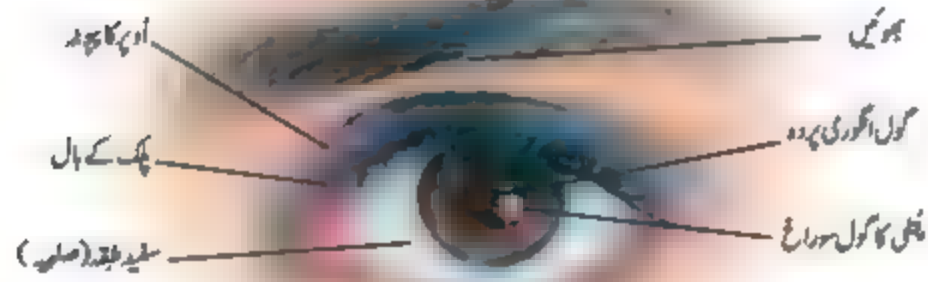
کالے پردے (شبکیہ) پر یہ شعاعیں جمع (فوکس) ہو کر تصویر (IMAGE عکس) بنا دیتی ہیں۔ اس کی خبر فوراً ایک موٹی عصبی (عصب بصری) کے ذریعے دماغ کے مرکز بینائی کو پہنچ جاتی ہے جس سے ہمیں دیکھنے کا احساس ہوتا ہے۔ باہر سے روشنی کی شعاعیں آنکھ کے اندر ایک گول سوراخ (پتلی) کی راہ سے داخل ہوتی ہیں۔ یہ پتلی سامنے سے آنکھ کے بیچ میں گول اور کالی نظر آتی ہے۔ پتلی کے گرد ایک رنگین مہین پرده گول حلقہ بناتا ہے۔ بعض آدمیوں میں یہ پردہ نیلے رنگ کا ہوتا ہے۔ بعض آدمیوں میں بھورا۔ آسمانی یا سیاہی مائل۔ روشنی زیادہ ہو تو یہ پردہ سکڑ کر پتلی کے سوراخ کو تنگ اور چھوٹا کر دیتا ہے۔ روشنی کم ہو تو پردہ پھیل جاتا ہے اور پتلی چوڑی ہو جاتی ہے تاکہ زیادہ روشنی اندر جا سکے۔

## آنکھ کے طبقات یا غلاف

آنکھ کے ڈھیلے کو تین طبقات یا غلاف گھیرے ہوئے ہیں:

(۱) سب سے باہر کی ٹھوس، موٹی اور سخت پرت (صلبیہ) آنکھ کے بڑے قطر کا پچھلا ۵/۶ حصہ بناتی ہے جو غیر شفاف ہوتا ہے۔ اس کے پچھلے حصے میں ایک سوراخ ہوتا ہے جس کے راستے آنکھ کا عصب بصری اور

### سامنے سے کھلی آنکھ کا بیرونی منظر



گول انگوڑی پردے پر قرنیہ کی عکسیں تہہ چڑھی ہوتی ہے اور اس پر سے ساری کھلی آنکھ پر ایک نرم شفاف جھلی (ملتحمہ) چڑھی ہوتی ہے۔ جو آنسوؤں سے تراور نرم رہتی ہے اور یہ اوپر اور نیچے کے پونے کا استر بھی بناتی ہے۔

خون کی رگیں اندر داخل ہوتی ہیں۔ اس کا سامنے کا ۱/۶ حصہ شفاف ہوتا ہے یعنی روشنی اس کے اندر سے گزر سکتی ہے۔ یہ شفاف حصہ پلاسٹک کی سخت و کثرت جھلی یا ابرک کے پتلے ورق کی طرح ہوتا ہے اور آنکھ کے ڈھیلے کے سامنے ابھرا ہوا ایک جیبی گھڑی کے شیشے کی طرح لگا ہوا ہوتا ہے (اس کو قرنیہ کہتے ہیں یعنی

سینگ جیسا سخت) قرنیہ پر باہر سے ایک نرم شفاف جھلی (ملتحمہ) چڑھی ہوتی ہے جو دونوں پونوں کا استر بھی بناتی ہے۔

(۲) درمیانی پرت (مشیمی) خون کی رگوں سے بھری ہوئی سیاہی مائل یا مرغوانی ہوتی ہے۔ عصب بصری کے گزرنے کے لیے اس کے پچھلے حصے میں بھی گول سوراخ ہوتا ہے۔ اس کے سامنے کے ۶/۱ حصے کو (جو قرنیہ کے پیچھے اور عدسے کے سامنے ایک سوراخ دار حلقے یا چھلے کی طرح ہوتا ہے) عنیبہ یا انگوری پردہ کہتے ہیں یہ بعض افراد میں بھورا یا نیلگوں اور بعض میں زردی مائل مثل انگور یا قوس قزح کے رنگ کا ہوتا ہے۔ اس پردے کے سامنے والے گول سوراخ ہی کو پتلی کہتے ہیں جس کی راہ سے روشنی جو باہر آتی ہے آنکھ کے اندر جاتی ہے روشنی کی زیادہ یا کم مقدار کے لحاظ سے پتلی سکڑتی یا پھیل جاتی ہے۔

(۳) سب سے اندر کی کالی پرت (شبکیہ) دراصل ایک نورانی پردہ ہے جس پر باہر سے آنے والی روشنی کی شعاعیں پڑ کر ہر زیر نظر چیز کا خاکہ (Image) خیال قائم ہوتا ہے۔ درحقیقت یہ نازک اور حساس پردہ عصب باصرہ کے ریشوں کے پھیلاؤ سے بنتا ہے۔ یہ ریشے روشنی سے متاثر ہو کر پردے پر قائم شدہ خاکے کے ذیل ذول وغیرہ (خاکہ) کا احساس دماغ تک پہنچا دیتے ہیں۔ احساس کی یہی دماغی کیفیت ہماری بصارت یعنی دیکھنے کا سبب ہے۔

## آنکھ کی رطوبتیں

(۱) آبی رطوبت: یہ قرنیہ کے پیچھے اور انگوری پردہ (عنیبہ) کے سامنے کے خانے اور پیچھے کے خانے میں بھری ہوتی ہے۔

(۲) ہوری رطوبت (عدسہ) ایک مہین جھلی کے غلاف میں مسور کے دانے کی طرح (معدبہ طمسین) انگوری پردے کے پیچھے ہوتی ہے۔ اس کے سامنے تک آبی رطوبت بھری ہوتی ہے۔ یہ ہوری رطوبت شفاف اور بے رنگ ہوتی ہے جس میں سے روشنی گزر سکتی ہے لیکن بڑھاپے میں جب یہ میلکی اور غیر شفاف ہو جاتی ہے تو پھر اس میں سے روشنی نہیں گزر سکتی (اسی حالت کو آنکھ کا موتیا کہتے ہیں)

(۳) رجاعی رطوبت: یہ پچھلے ہوئے کانچ کے مانند ایک صاف شفاف گاڑھی لیس دار رطوبت ہے جو ایک باریک شفاف جھلی میں ملفوف ہو کر عدسہ (ہوری رطوبت) کے پیچھے اور پردہ شبکیہ کے سامنے آنکھ کے ڈھیلے کے ۳/۵ حصے میں بھری ہوتی ہے۔ آنکھ کی مندرجہ بالا تینوں رطوبتوں کا یہ فائدہ ہے کہ یہ روشنی کی اندر

آنے والی پھیلی ہوئی شعاعوں کو منحرف کر کے (جھکا کر) پردہ شبکیہ پر اکٹھا کرتی ہیں جس سے زیر نظر چیز کا خاکہ (خیال) صاف قائم ہوتا ہے۔ اسی خاکے کا احساس عصب بصری کے ذریعے دماغ تک منتقل ہو کر ہماری بصارت پیدا کرتا ہے۔

### آنکھ کی حفاظت کے متعلق چند ہدایات

دھندلی یا جھملائی ہوئی روشنی میں پڑھنے لکھنے یا سینے پر رونے کا کام نہیں کرنا چاہیے لینے لینے بھی نہیں پڑھنا چاہیے اور نہ کتاب پر سر جھکا کر پڑھیے بلکہ کتاب کو مناسب فاصلے پر (عموماً دس انچ دور) سامنے رکھ کر سر جھکائے بغیر صرف آنکھوں کو نیچے کتاب پر جم کر پڑھنا چاہیے۔ کتاب پر روشنی سامنے سے نہیں بلکہ پیچھے کندھوں کے اوپر سے پڑنا چاہیے کھلی تیز روشنی سے بھی آنکھوں کو بچانا چاہیے لگاتار دیر تک نہیں پڑھنا چاہیے بلکہ درمیان میں آرام کے مختصر وقفے رکھنے چاہئیں۔ ہر سال نظر کا طبی امتحان کرا لینا بھی قرین مصلحت ہے۔ طبی صحت کو قائم رکھنے اور آنکھ کے فعل کو برقرار رکھنے کے لیے حیاتین الف خاص طور پر مفید ہے۔ یہ بصری زردی کے اجزا میں سے ایک ہے جس کا بصارت سے گہرا تعلق ہے اور خاص طور پر رات کو کم نظر آنے میں اس کو بڑا دخل ہے۔ ٹیلی وژن دیکھنے سے اگر آنکھ تھک جاتی ہو تو اس کو حیاتین الف کی کمی پر محمول کرنا چاہیے اسی طرح دھوپ سے آنکھ میں چکا چوند کا پیدا ہونا بھی حیاتین الف کی قلت کا نتیجہ سمجھنا چاہیے۔ حیاتین الف دودھ، پنیر اور انڈوں میں پائی جاتی ہے۔ بوزھوں میں موتیا بند (نزول الماء) کی بیماری سب سے زیادہ عام ہے۔ اس مرض میں آنکھ کے شفاف عدسوں کی انڈوں کی سفیدی جیسی رطوبت ابلے ہوئے انڈے کی سفیدی کی طرح ہوتی چلی جاتی ہے۔ یہ کیفیت غذا میں حیاتین ب ۲ ب ۶ یا ب ۵ (چین نو تھینک ایسڈ) کی کمی اور حیاتین ای (ہ) کم ہونے کے سبب سے لاحق ہوتی ہے ایسی صورت میں غذا میں ان چیزوں کو شامل رکھیں اور ان قدرتی لازمی غذائی اجزاء کو مکافہ اہمیت دیں۔ کو لیسٹرول کے خون کی باریک رگوں میں جم جانے سے بھی موتیا کی بیماری ہو سکتی ہے۔ اس سبب سے مدافعت کے لیے لیسی تھین کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ ایک قدرتی شے ہے جو سوئے کی پھلیوں اور آٹے میں بڑی مقدار میں پائی جاتی ہیں۔ یہ ہمارے جسم میں بھی پائی جاتی ہیں بشرطیکہ نباتی تیلوں کے غیر مشبع (رقتی) چمکی تیزابات کی بڑی مقداروں کے علاوہ غذا میں حیاتین ب کی اقسام کو لین اور آؤ سیٹول بھی موجود ہوں۔

## حفظِ بصارت کے لیے

آنکھوں کی صفائی اور ان کا صحیح استعمال ان کی حفاظت کا ضامن ہوتا ہے۔ اس کے باوجود بعض حالات میں دواؤں اور مقویات چشم و دماغ کا استعمال ناگزیر ہو جاتا ہے۔

## ہوالشافی

صبح خمیرہ ہمدرد ۶ گرام  
بھراہ خواہاں تازہ پانی میں مل کر کے عین  
۳ بجے

بعد غذا عرقم ایک چمچ

تقویت چشم بصارت کے لیے اکثر حالات میں یہ نسخہ مفید ہوتا ہے۔ بعض طیب رات کے وقت سوینا بھی دیتے ہیں کہ جو مغزیات کا ایک بہترین مرکب ہے۔ اگر ضرورت ہو تو آنکھوں میں ”دوائے چشم“ کے قطرے رات کو نکالیں۔ ”دوائے چشم“ ایک مفید دوا ہے جو نہ صرف آشوب چشم میں مفید ہے بلکہ آنکھوں کو میل سے صاف کرنے کے لیے بطور حفظ یا تقدم بھی استعمال کرتے ہیں۔



## محافظہ چشم

ہمدرد کا نرگسی سرمہ

بینائی کی کرے حفاظت آنکھوں کو دے ٹی چمک

قدرتی سرے میں آنکھوں کی صحت کے لیے مفید جزی بوٹیوں کی شمولیت نے ہمدرد کے نرگسی سرمہ کو عام سرمے کے مقابلے میں کہیں زیادہ مؤثر بنا دیا ہے۔ ہمدرد کا نرگسی سرمہ آنکھوں کی خوب صورتی میں اضافے کے ساتھ ساتھ بینائی کی حفاظت بھی کرتا ہے۔ اس کے باقاعدہ استعمال سے نظر تیز ہوتی ہے اور آنکھیں روشن اور چمک دار رہتی ہیں۔ یہ رو ہے پھولے اور ناخن کو دور کرتا ہے اور تیار بند کے لیے بھی مفید ہے۔







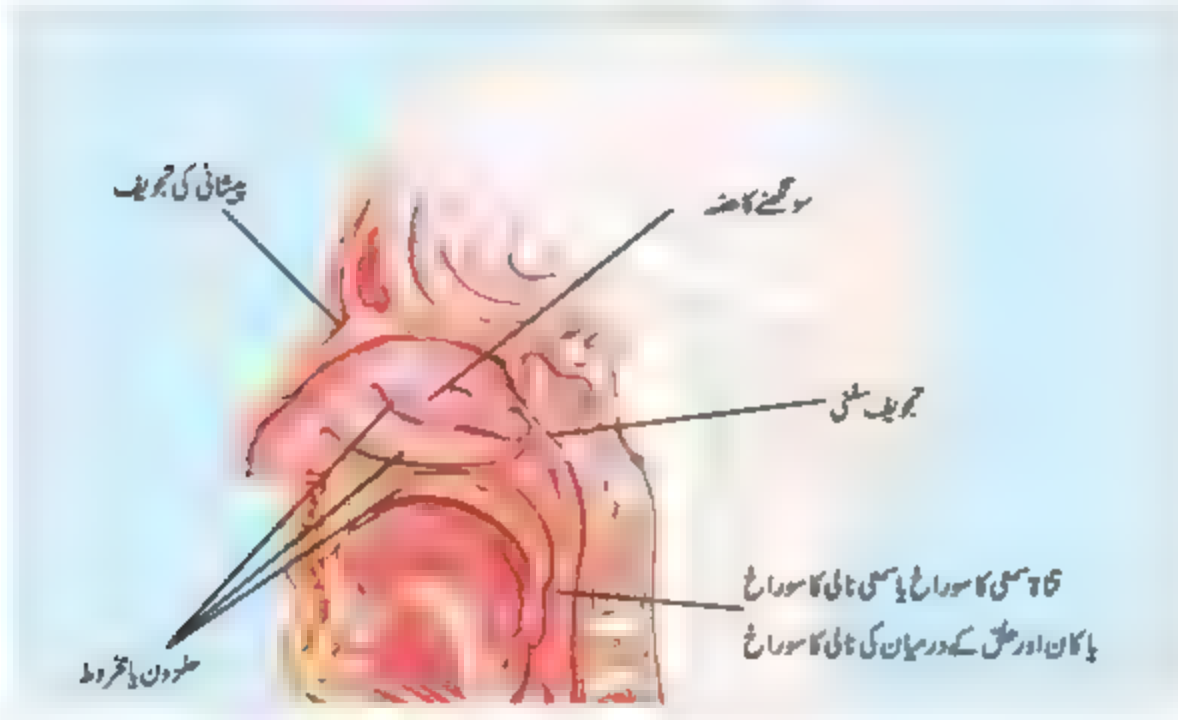
# ہماری ناک

## ناک کے دو حصے

ناک قوتِ شامہ یعنی سونگھنے کا خاص آلہ ہے۔ اس کے دو حصے ہیں، ایک بیرونی حصہ، دہانے کے اوپر بیچ میں ابھرا ہوا ہے جس کو ناک کہتے ہیں اور دوسرا اندرونی خلا دار حصہ جسے ایک درمیانی پردہ یا دیوار دو تھنوں میں تقسیم کر دیتی ہے۔ اس خلا دار حصے پر نرم جھلی استر بناتی ہے جس میں بال ہوتے ہیں۔ یہ بال سانس کی ہوا کے گرد و غبار کو اندر نہیں جانے دیتے۔ سانس کے اندر جانے کا صحیح راستہ ہمارے دونوں نٹھنے ہی ہیں لہذا سانس لینے میں منہ کھلا ہوا نہیں رکھنا چاہیے۔

## اندرونی ناک کے تعلقات

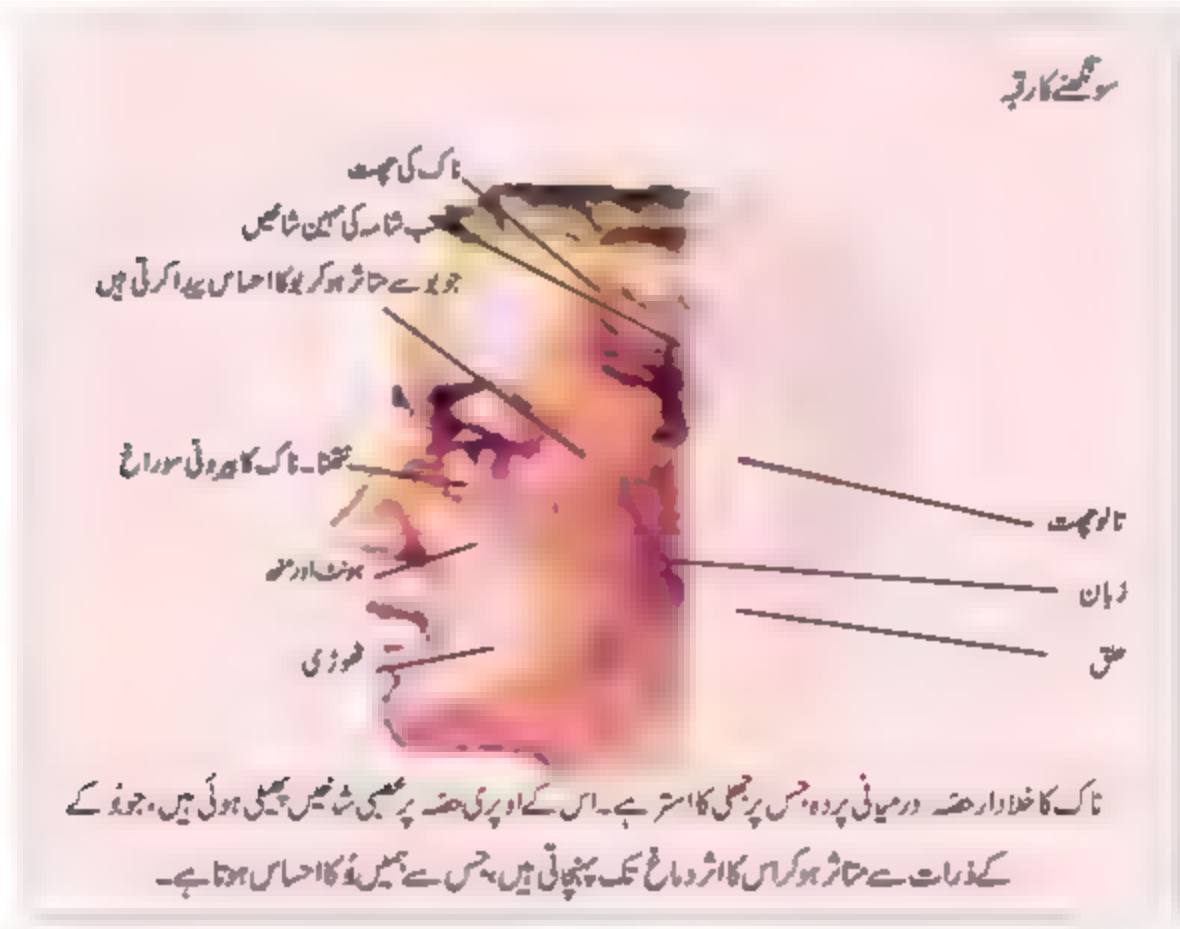
ناک کے اندرونی حصے کا تعلق اس کے دونوں پچھلے سوراخوں کے ذریعے حلق کے ساتھ ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ آنسوؤں کی نالی کے ذریعے آنکھوں کے خانوں کے ساتھ ناک کی چھت پر کے سوراخوں کے ذریعے



کھوپڑی کے گڑھے کے ساتھ اور تالو اور جڑے کے سوراخ کے ذریعے گال کی ابھری ہوئی ہڈی کے ایک گڑھے کے ساتھ بھی تعلق قائم ہوتا ہے۔ ان تعلقات ہی کی وجہ سے ناک کے ورم یا نزلے کا اثر ان سب مقامات تک پہنچ سکتا ہے اور چونکہ ناک کی جھلی کا تعلق دماغ کی مچلیوں سے بھی ہوتا ہے اس لیے ناک کے ورم کے سبب سے دماغی پردے بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔

### ہم کس طرح سونگھتے ہیں؟

ناک کا اگلا سرا خاص طور سے سانس لینے کے کام آتا ہے اور سونگھنے کی قوت ناک کی اندرونی جھلی کے اوپری حصے میں ہوتی ہے عصب شامہ کی شاخیں ناک کی چھت میں سوراخوں سے آکر استری جھلی کے اس اوپری حصے میں پھیلتی ہیں۔ جب ناک کے اندر سانس لیتے ہیں تو ہوا کے ساتھ ٹلی ہوئی ہر قسم کی خوش بو یا بد بو کے ذرات عصب شامہ کے باریک ریشوں پر لگتے ہیں اور ان کا اپنا خاص (خوش بو یا بد بو کا) اثر پیدا کرتے ہیں یہ اثر ان عصبی ریشوں پر سے گزر کر دماغ میں (سونگھنے کے مرکز میں) پہنچ کر محسوس ہوتا ہے۔ یعنی ہمیں بودار ہر چیز کی خاص بو (خوش بو یا بد بو) معلوم ہوتی ہے۔ جب ہم کسی خوش بو کو بہ خوبی سونگھنا چاہتے ہیں تو اپنا منہ بند کر کے



ناک کے راستے زور سے سانس کھینچتے ہیں۔ ایسا کرنے سے خوش بودار ذرات تمام پھیپھے ہوئے عصبی ریشوں سے لگتے ہیں۔ ان کا اثر زیادہ ہوتا ہے اور ہمیں خوش بواچھی طرح محسوس ہونے لگتی ہے۔ اسی طرح جب بدبو کو روکنا ہوتا ہے تو ہم ناک کے تھنوں کو بند کر دیتے ہیں اور ہمیں بدبو محسوس نہیں ہوتی ہے۔ زکام اور سردی کے زمانے میں اکثر ناک کا راستہ بند ہو جاتا ہے اس لیے ہمارے سونگھنے کی طاقت اس وقت کم ہو جاتی ہے اور مزے کا امتیاز کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے (کیونکہ مزے کی پیدائش میں مہک کا بھی خاص حصہ ہوتا ہے)

### سونگھنے کے فائدے

سونگھنے کی قوت ہمارے لئے بہت مفید ہے۔ بدبو سے ہم خبردار ہو سکتے ہیں کہ آس پاس کوئی چیز سڑ رہی ہے (مثلاً مرا ہوا چوہا) کپڑا جلنے کی خاص بو ہمیں چوکنا کر دیتی ہے کہ شاید کہیں آگ لگ گئی ہے۔ اچھی غذا کی خوشبو سے ہماری بھوک زیادہ ہوتی ہے بلکہ منہ میں پانی آنے لگتا ہے۔ تازہ پھولوں کی خوشبو سے دماغ معطر ہو جاتا ہے اور ہمیں فرحت حاصل ہوتی ہے۔ مکان جسم اور لباس کی صفائی سے ہم بدبو کے برے اثرات سے اور بیماری سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

### اشاراتِ معالج

اکثر و بیشتر حالات ایسے ہوتے ہیں کہ ناک کی صفائی کی طرف سے غفلت برتنے سے ناک کی اندرونی غشاءیں مخاطی میں ورم ہو جاتا ہے اور ناک بند رہنے لگتی ہے۔ اس کے لیے نیم گرم نمک آمیز پانی سے ناک کی صفائی کرانی چاہیے اور ”نوزو“ کے قطرے ناک میں پکانے چاہئیں۔ ”نوزو“ کو ناک کے ہر قسم کے ورم اور ناک کے اندر پیدا ہونے والے غدود کو دفع کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔



ناک کے اندرونی ورم اور سوزش کی مؤثر دوا

**نوزو** نازل اسپرے

نہایت اجزاء سے تیار کردہ نوزو نازل اسپرے نزلہ زکام سے بند تھنوں کو نوزو کھول کر سانس لینا آسان بناتا ہے۔ ناک کے اندرونی ورم اور سوزش سے نجات دلاتا ہے۔

بھاری

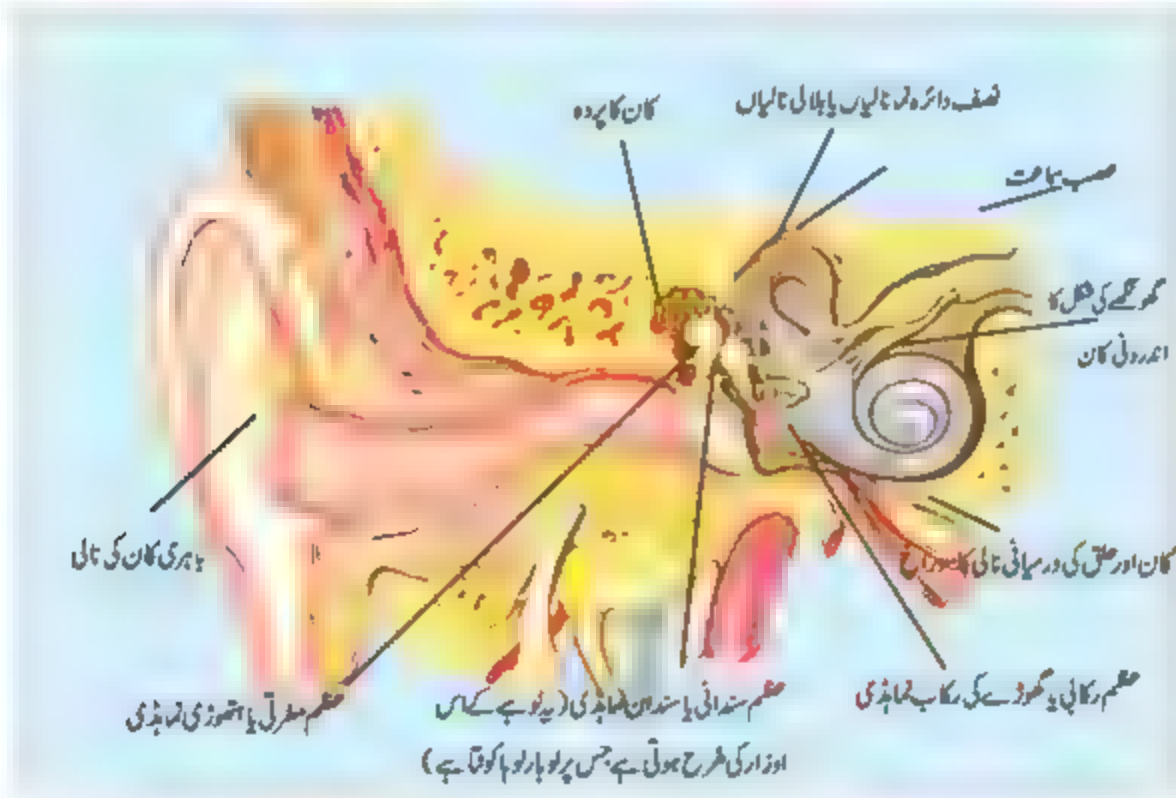


# ہمارے کان

## کان کی بناوٹ

ہمارا آلہ سماعت (سننے کی مشین) کان کے تین حصوں (بیرونی کان، درمیانی کان، اندرونی کان) (عصب سماعت اور دماغ کے مرکز سماعت سے بنتا ہے۔

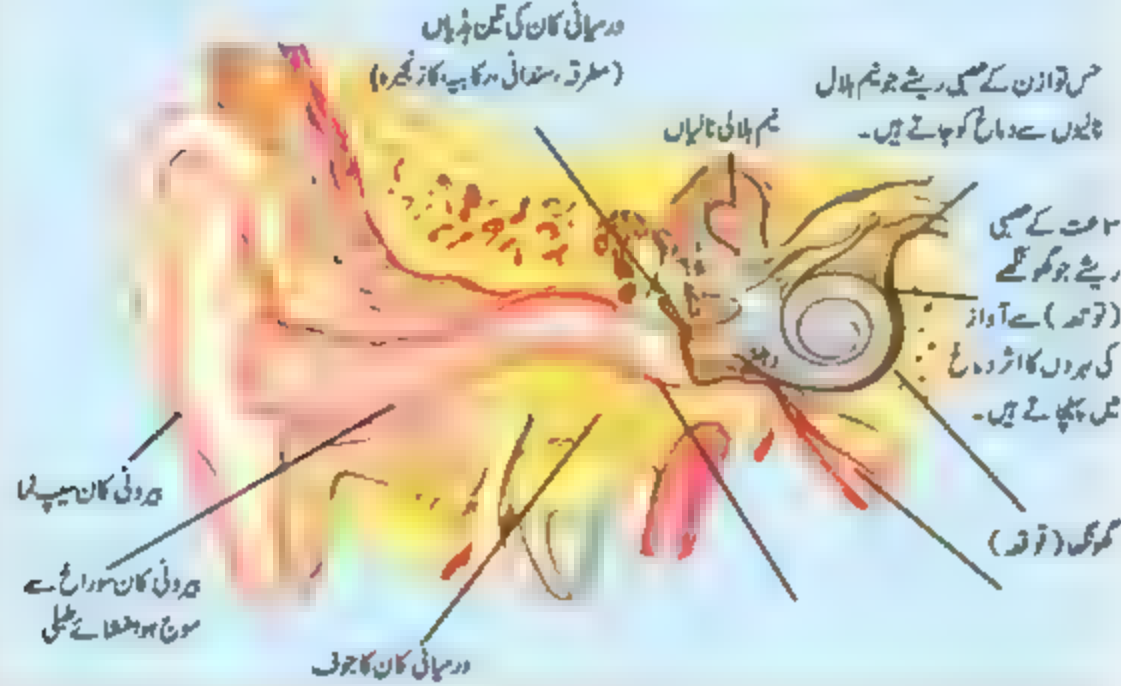
(۱) بیرونی کان: ہمارے سر کے دونوں جانب دو کان لگے ہوتے ہیں جن کی شکل سیپ جیسی پھیلی ہوئی اور بیضوی ہوتی ہے۔ یہ نرم پگھیلی کری سے بنتے ہیں جس کو ہاتھ سے مروڑا جاسکتا ہے۔ اکثر جانور مثلاً بلی، کتہ، گدھا اور خرگوش وغیرہ تو اپنے کانوں کو خوب ہلا سکتے ہیں مگر آدمی شاذ ہی کوئی ایسا ہوتا ہے جو اپنے کانوں کو کسی قدر ہلا سکتا ہو بیرونی کانوں کی شکل ایسی ہوتی ہے کہ وہ باہر سے ہوا کی لہروں کو جن سے آواز پیدا ہوتی ہے جمع کر کے کان کے سوراخ کی راہ سے درمیانی کان سے باہر کے پردے (غشائے طبلی) تک پہنچا دیتی ہے۔ کان کے سوراخ کی نالی میں ہوا گنبد کی طرح گونج کر آواز کو زیادہ اونچا بنا دیتی ہے۔ کان کی نالی کے اندرونی سرے پر ایک پردہ



گول پتلی جھلی (غشائے طلی) کا تار ہوتا ہے۔

(۲) درمیانی کان۔ اس پردے کے اندر کی طرف تین چھوٹی چھوٹی ہڈیاں ایک زنجیر کی طرح یکے بعد دیگرے چسپاں ہوتی ہیں جو درمیانی کان کے جوف یا ڈھول میں واقع ہوتی ہیں۔ یہ تینوں ہڈیاں بالآخر اندرونی کان کی بھول بھلیوں سے چسپاں رہتی ہیں۔ اس جوف سے ایک نالی نکل کر حلق تک جاتی ہے (اس کو یو سے کٹھن نالی کہتے ہیں) جو جوف کی زائد ہوا اور بلغمی تراوش کو حلق کی راہ سے خارج کر دیتی ہے۔ نزلہ وغیرہ میں اس کے بند ہو جانے سے کان بھاری معلوم ہوتے ہیں اور سننے میں خلل واقع ہوتا ہے۔

بیرونی، درمیانی اور اندرونی کان کی تراش جس میں موج ہوا کا طریقہ انتقال بتایا گیا ہے۔



(۳) کان کا تیسرا حصہ اندرونی کان نہایت پیچیدہ ساخت کا ہوتا ہے جس کو میہ یا بھول بھلیاں کہتے ہیں۔ یہ ہڈی کے ایک گھونگٹے نما (توقد) دہلیز اور تین نالیوں سے بنتا ہے۔ ان تینوں کے اندر ایسی ہی شکل کی ساخت جھلی سے بنتی ہے (جس کو میہ غشائی کہتے ہیں) جو پیری لمف نام کی بیرونی رطوبت سے گھری رہتی ہے۔ اور جھلی کے اندرونی حصوں میں انڈولمف نامی رقیق و شفاف رطوبت بھری ہوئی ہوتی ہے۔ اس جھلی میں عصب سامع کی اختتامی شاخیں پھیلی ہوئی ہوتی ہیں جو جھلی کے باریک روٹگٹے نما مٹھلی ابھاروں میں ختم ہوتے ہیں۔ انڈولمف (اندرونی رطوبت) کی خفیف سی تحریک بھی آواز کی لہروں کو عصب سامع کے ریٹوں تک پہنچا دیتی ہے جن کا تعلق دماغ سے ہوتا ہے۔ دماغ میں سننے کا مرکز ہے جس میں آواز کی لہروں کا اثر پہنچ کر سننے کا احساس پیدا کر دیتا ہے۔

## ہم کس طرح سونگھتے ہیں؟

بیرونی کان سے جب ہوا کی لہر یا آواز کی تھر تھراہٹ کان کے سوراخ میں آتی ہے تو وہ کان کے جھلی نما پردے (غشائے طبعی) کو جنبش دیتی ہے اور کان کا پردہ کان کی تین ہڈیوں کو ہلا دیتا ہے۔ ان ہڈیوں کی تھر تھراہٹ سے اندرونی کان کی پیری لمف (بیرونی رطوبت) میں پیدا ہونے والی لہر سے جھلی کے اندرونی روگٹوں میں لرزش پیدا ہو جاتی ہے۔ جس سے عصب سامع کے ریٹے متاثر ہوتے ہیں پھر یہ تاثر عصب سامع کی ذوری کے ریٹوں کی راہ سے دماغ تک پہنچ جاتا ہے جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ہم آواز کو محسوس کرتے، یعنی سن سکتے ہیں۔ سبحان اللہ! کیا صانع مطلق کی قدرت و حکمت ہے کہ ہم کان کے ذریعے باریک سے باریک آوازوں اور ٹیٹھے ٹیٹھے سروں کو نیز زور شور کی کڑک دھمک اور گھن گرج کی آوازوں کو آسانی سے سن سکتے ہیں! اندرونی کان کی ہڈی تالیوں ہمارے بدن کا توازن قائم رکھنے میں مدد دیتی ہیں۔

## ضروری ہدایات

کان کا پردہ نہایت نازک اور اہم چیز ہے، اس کی حفاظت کرنا چاہیے اور اسے چوٹ اور خراش سے بچانا چاہیے۔ اس کے پھٹنے یا زخمی ہو جانے سے بہر اپن پیدا ہو سکتا ہے۔ اسی واسطے کان کے سوراخ میں ہتھکڑیا یا پنسل وغیرہ ڈال کر کریدنا خطرناک ہے۔ بچوں کے کان مروڑنا بھی بری بات ہے۔ کان میں میل، موم زیادہ جمع ہو جانے سے یا سرد ہوا گلنے سے درد پیدا ہو سکتا ہے۔ ایسی حالتوں میں کریدنے سے پرہیز کرنا چاہیے اور معالج کے پاس جا کر کان صاف کرانا بہتر ہے۔ اگر کان سے کوئی رطوبت یا مواد بہنے لگے تو فوراً علاج کروانا چاہیے تاکہ اندرونی حصوں میں خرابی نہ ہونے پائے۔



## اوزونین کان کی تکلیفوں کا مفید و خوش علاج

کان کا درد، کان بھنا، اونچا یا کم سنائی دینا اور کان میں دھماکا یا شکایت ہیں۔ اگر فوری توجہ نہ دی جائے تو یہ زیادہ تکلیف دہ بھی ہو سکتا ہے۔

اوزونین انٹرنیشنل کان کے درد اور دیگر شکایات کو دور کر کے کان کے نازک آلات کی حفاظت کرتا ہے۔ کان کے میل کو بری سے دھوا کر سماعت کو بہتر بناتا ہے اور کان کے اندر جراثیم کو پرورش کورہنے سے روکتا ہے۔

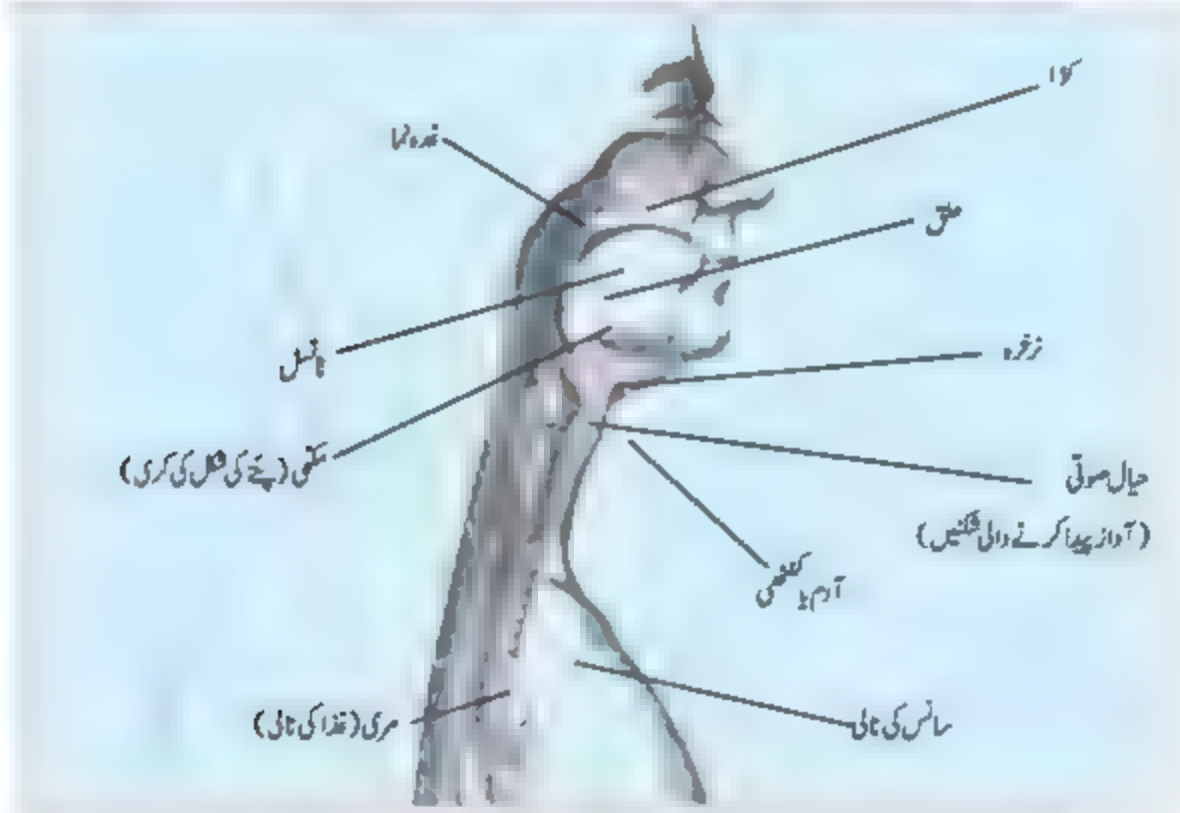
کان کی تکلیف کا شافعی علاج **اوزونین** **ہم درد** بچوں، بڑوں سبھی کے لیے



سانس لینے میں ہوانا ک میں سے ہو کر حلق میں پہنچتی ہے اور پھر حلق سے نیچے جا کر آواز کے صندوق (صنجرہ یا زرخرہ) میں داخل ہوتی ہے۔ اوپر اس صندوق کے منہ پر ایک ڈھکنا سالگا رہتا ہے جو کھانا نگلتے وقت نیچے گر کر سانس ٹلی (قصبۃ الریہ) کا منہ بند کر دیتا ہے تاکہ کھانا نگلتے وقت سانس ٹلی کے اندر نہ جائے بلکہ بند ڈھکنے کے اوپر سے گزر کر غذا کی ٹلی (مری) میں چلا جائے جو سانس ٹلی کے پیچھے ہی ہوتی ہے (اور جو گردن سے نیچے سینے میں سے گزر کر پیٹ کے حصے میں جا کر معدہ میں کھلتی ہے)

### پیدائش آواز کا خاص آلہ

صنجرہ یا زرخرہ (کٹھ) آواز پیدا کرنے والا خاص آلہ ہے۔ یہ زبان کی جڑ کے نیچے حلق کے سامنے سانس ٹلی کے اوپر آتا ہے صنجرہ، نو ملائم ہڈیوں (کریوں) سے بنتا ہے۔ اس کے اوپر کے سوراخ یا منہ پر ایک ڈھکنا پان کی





شکل کا لگا رہتا ہے۔ سانس کی حرکتوں کے وقت یہ ڈھکنا سیدھا کھڑا رہتا ہے (تاکہ ہوا زخروے کی راہ سے گزر کر سانس کی نالی میں آجاسکے) لیکن نوالہ نلگتے وقت نیچے اور پیچھے کی طرف جھک کر زخروے کے سوراخ کو بند کر دیتا ہے تاکہ کھانے پینے کی کوئی چیز زخروے کے اندر داخل نہ ہو سکے۔ اگر اتفاق سے کوئی چیز اس سوراخ کے پاس سے چلی جاتی ہے، مثلاً کھانا کھاتے وقت باتیں کرنے میں اچھونک جانے سے زور کی کھانسی اٹھتی ہے۔ زخروے کے اندر آواز پیدا کرنے کے تار (اوتار الصوت یا احبال الصوت یعنی آواز کی ڈوریاں) ہوتے ہیں۔ دراصل یہ لچک دار ساخت کی ربڑ جیسی ڈوریاں ہیں جو سوراخ زخروہ کے اندر آڑی لگی ہوئی ایک ٹپ سا بنا دیتی ہیں۔ زخروے کے عضلات کے سکڑنے سے ان ڈوریوں کی وضع بدل سکتی اور ان کے تناؤ میں کمی بیشی ہو سکتی ہے۔ آواز کے وقت یہ ضرورت کے مطابق حرکت کر کے تن جاتی ہیں یا ڈھیلی ہو جاتی ہیں۔ آواز کی بندی جس قدر زیادہ ہو، اسی قدر یہ ڈوریاں زیادہ تنتی ہیں۔

## آواز کہاں اور کیسے پیدا ہوتی ہے

انسانی آلہ آواز کا مہرہ جو خنجرہ میں زخروے سے اوپر سے دیکھنے میں نظر آتا ہے

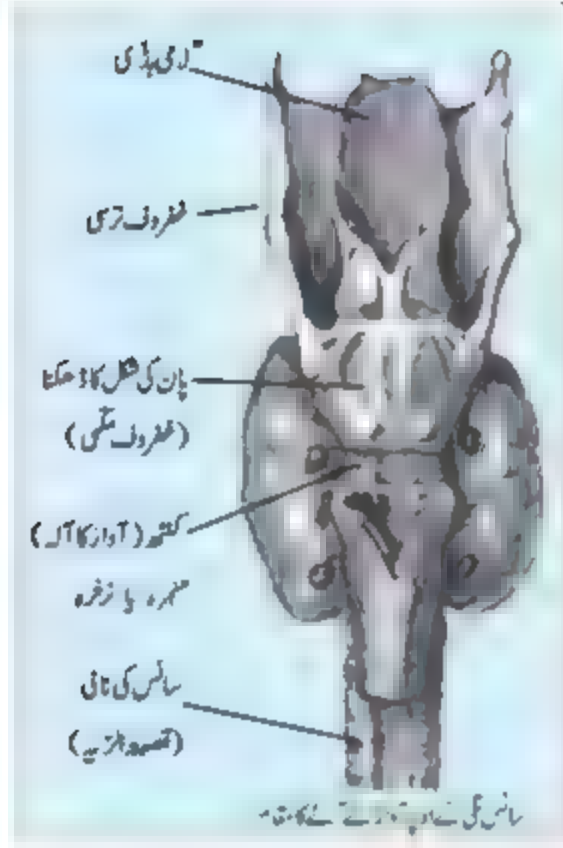


آواز نکالنے میں دونوں ڈوریاں قریب آ جاتی ہیں۔

سکون کی حالت میں، جب کہ آواز نہیں نکالی جا رہی ہے، دونوں ڈوریاں دور رہتی ہیں۔

آواز خنجرہ یعنی زخروے میں پیدا ہوتی ہے۔ زبان، تاک اور ہونٹ وغیرہ اس آواز میں مناسب و مطلوبہ ہیر پھیر کر کے اسے حرفوں اور لفظوں میں تبدیل کر کے آواز کے بول بنا دیتے ہیں۔ بولنا اگرچہ زبان سے ہوتا ہے مگر اس کا پہلا کام زخروے کی پتی دار (دوتاہ والی) اسی بانسری کا ہوتا ہے اور دوسرا کام زبان وغیرہ کا۔ الفاظ کے تلفظ کی صفائی ہونٹوں اور زبان کے توڑ مڑ اور تالو کی خاص ترتیب سے پیدا ہوتی ہے۔

ہوا یا سانس اندر لیتے وقت یہ ڈوریاں ایک دوسری سے بالکل الگ اور دور ہو جاتی ہیں جس سے نئی کاراستہ



چوڑا ہو جاتا ہے اور جب یہ دونوں ڈوریاں قریب آ کے مل جاتی ہیں تو آواز نکلتی ہے۔ اس طرح جو آواز منہ سے نکلتی ہے وہ دراصل پہلے انھی ڈوریوں کی حرکت سے پیدا ہوتی ہے اور بالآخر زبان تالو اور ہونٹوں کی مدد سے مطلوبہ تلفظ بنتا ہے۔

### اشاراتِ معالج

اکثر و بیشتر نزلہ و زکام کی وجہ سے اوتار الصوت متاثر اور متورم ہو جاتے ہیں۔ اس صورت حال کا علاج پوری احتیاط سے کرنا چاہیے۔ اکثر حالات میں حسب ذیل نسخہ کارآمد ہوتا ہے۔

### ہوائِ شافی

نیم گرم پانی میں حل کر کے پیئیں

جوہینا

صبح

ایک عدد

منہ میں رکھ لیں

سعالین

سہ پہر و شب

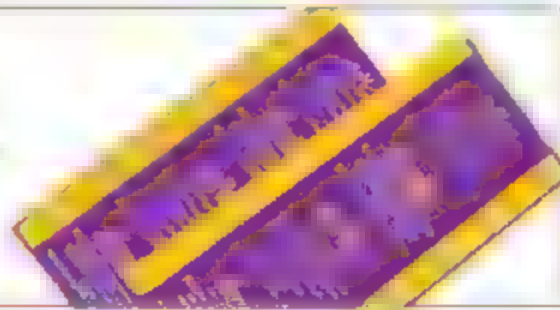
۲/۲ دقرص

سعالین بلاشبہ ایک مفید ترین دوائے گلو بھی ہے۔ اس سے نزلہ و زکام کی کیفیت بھی رفع ہو جاتی ہے اور گلا صاف ہو جاتا ہے۔ اگر نزلہ و زکام زیادہ ہو تو "نزلی" کی ایک خوراک چند دن تک استعمال کرانا مفید ثابت ہوتا ہے۔

نزلہ، زکام اور کھانسی  
سعالین

کھانسی بھی اور سانس سے پی ڈک تھیر بھی

بھروسہ



# ہماری زبان

## ذائقہ چکھنے کا آلہ

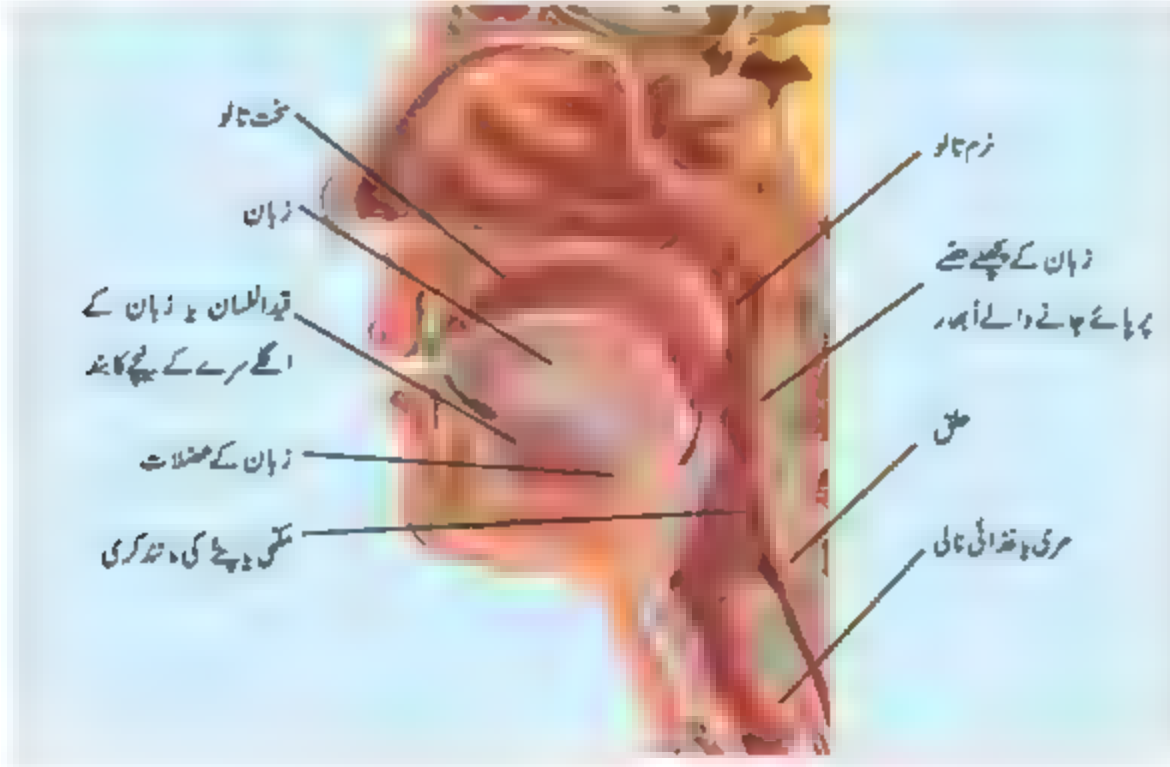
زبان ہمارے ذائقہ چکھنے کا آلہ ہے۔ وہ غذا کو چبانے، چوسنے اور نگلنے کے علاوہ ذائقہ یعنی چکھنے کا احساس پیدا کرتی ہے اور بولنے میں بھی کام آتی ہے۔ بچوں کو اپنی زبان پر قابو رکھنا چاہیے، انہیں چٹوڑا نہیں بنانا چاہیے اور ساتھ ہی بری باتیں زبان سے نہیں نکالنا چاہئیں۔

## زبان پر ذائقے کے ابھار

زبان پر ایک جھلی جڑھی ہوئی ہے جس پر چھوٹے چھوٹے ابھار ہوتے ہیں جو مزاحسوس کرتے ہیں ان ابھاروں کی وجہ سے زبان کی سطح کھردری معلوم ہوتی ہے۔ یہ ابھار تین قسم کے ہوتے ہیں:

(۱) خندقی ابھار:

یہ آٹھ دس بڑے بڑے ابھار جن کے گرد ایک خندق یا تالی سی ہوتی ہے، زبان کے پچھلے حصے پر واقع ہوتے ہیں۔



ان ابھاروں کے اندر ذائقہ کے خیالات ہوتے ہیں جو چکھنے کا احساس پیدا کر دیتے ہیں۔ کڑوا مزا انھی ابھاروں کی وجہ سے زبان کے پچھلے حصے پر زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

(۲) کھٹکی نما ابھار:

اوسط جسامت کے یہ سرخ رنگ کے ابھار زبان کی نوک اور دونوں کناروں پر زیادہ ہوتے ہیں، درمیانی حصے میں کم ہوتے ہیں۔ اسی واسطے زبان کے درمیانی حصے میں ذائقے کا احساس بہت کم ہوتا ہے۔ زبان کی نوک پر بیٹھا ذائقہ اور کناروں پر کھٹا ذائقہ زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

(۳) جیلی یعنی ڈورے نما لمبے لمبے کھیلے باریک باریک ابھار:

یہ بہت زیادہ تعداد میں زبان کی پوری سطح پر پھیلے ہوتے ہیں۔ گوشت خور جانوروں (شیر، کتے، بلی وغیرہ) میں ابھار زیادہ سخت ہوتے ہیں۔ شاید یہ ذائقہ کے لیے نہیں بلکہ زیادہ تر صفائی اور چاٹنے پونچھنے کے کام میں مدد دیتے ہیں۔

### ذائقہ کیسے پیدا ہوتا ہے؟

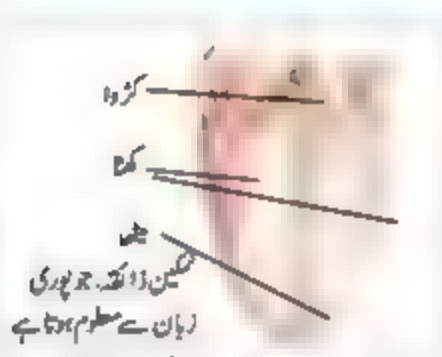


زبان پر ذائقے کا ابھار (ذائقے کی کلیاں)

زبان کے ان سب ابھاروں کی وجہ سے ہم مختلف لذیذ کھانوں کے ذائقے سے لذت اندوز ہوتے ہیں اور بھانت بھانت کے مزے چکھتے اور محسوس کرتے ہیں۔ درحقیقت یہ ابھار ”ذائقے“ کی کلیاں ہیں جن کے اندر حسی اعصاب کے باریک باریک ریٹے ختم ہوتے ہیں۔ جب کوئی چیز کھائی یا پی جاتی ہے تو اس کے ذرے ان کلیوں کو چھو کر حسی ریٹوں میں پھینک دیتے ہیں یہ پھینکا حسی اعصاب کے ذریعے سے دماغ میں پہنچتی ہے اور دماغ کو ذائقے کا احساس ہوتا ہے۔ ذائقہ پیدا کرنے والی چیز کھلی ہوئی ہونی چاہیے یا وہ منہ کے لعاب کے اندر گھول لی جاتی ہے۔ بے کھلی چیز کا مزا معلوم نہیں ہوتا صرف چھونے کا احساس ہوتا ہے



## ذائقوں کی قسمیں اور مقام



ذائقوں کی قسمیں اور مقام: اصلی ذائقے چار ہوتے ہیں

۱۔ میٹھا ذائقہ: جو زبان کی نوک پر زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

۲۔ کڑوا ذائقہ: جو زبان کے پچھلے حصے پر زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

۳۔ کھٹا ذائقہ: جو زبان کے کناروں پر خوب محسوس ہوتا ہے۔

۴۔ حکین ذائقہ: جو پوری زبان سے معلوم ہوتا ہے

ان چاروں کے علاوہ دو اور بھی ذائقے ہوتے ہیں: ایک سینٹھا یا بکھٹا اور دوسرا چٹ پٹا یا چرہ، مگر یہ اصل ذائقے نہیں ہوتے بلکہ دوسرے احساسات کے آپس میں مل جانے سے پیدا ہوتے ہیں۔ قوت ذائقہ زبان میں زیادہ ہوتی ہے لیکن نرم تالو، کوئے، لوز تین (حلق کے غدود) اور حلق کے اوپری حصے میں بھی مزے کا احساس پیدا ہوتا ہے۔

## احتیاطیں

زبان کس قدر اہم اور قیمتی عضو ہے اس کا اندازہ آپ کو ہو گیا ہے۔ مناسب ہے کہ زبان کی حد درجہ حفاظت کی جائے۔ اس کو اچھی باتوں کے لئے کھولا جائے۔ کھانے میں احتیاط کیجیے۔ بخلت نہ کیجئے۔ ایسا نہ ہو کہ زبان دانتوں سے کٹ جائے۔ بعض اوقات جگر کی خرابی کی وجہ سے زبان پر چھالے پڑ جاتے ہیں۔ ان پر فوراً توجہ کیجیے اور ان میں کئی بار کئی جگہ یا چھالوں پر "ٹانزل" لگائیے یا اس سے کلیاں کیجئے اور اپنے قریبی معالج سے رجوع کیجئے۔

## اشارات معالج

منہ میں اور زبان پر چھالے اکثر و بیشتر خرابی جگر کی وجہ سے نمودار ہوا کرتے ہیں۔ ایسے حالات میں حسب ذیل نسخہ کارآمد ہوتا ہے۔

### ہوالشافی

صبح و شام: ہر دو اسانیدہ ۲ سرخ ۶ گرام مفرح شای میں ملا کر

شب: وی سی ۵۰۰ ۲۲ گرام ہمراہ خوباں تازہ پانی میں حل کر کے

زبان اور ہونٹوں پر "ٹانزل" لگانا یا اسے پانی میں گھول کر دن میں کئی بار کلیاں کرنا مفید ہوتا ہے۔ اس صورت حال کے لیے "دواء الحیاتین" صبح و شب چھ چھ (۶، ۶) گرام دینا بھی مفید ہوتا ہے۔

## جوشینا نزل، زکام، فلو اور کھانسی سے یقینی نجات

اس کا ٹھہرا رنگ اس میں شامل نباتات کے خالص اور زیادہ بڑے تاثیر ہونے کی دلیل ہے۔  
اس کے تیز ذائقے کا سبب اجزاء کا اعلیٰ معیار ہے۔  
اس کے مخصوص روغنیت نزلے کی وجہ سے بند ٹانگ کو فوری کھولنے اور گلے کی خراش کو دور کرنے میں تیزی سے اثر دکھاتے ہیں۔



نزل، زکام۔ جوشینا سے آرام

## ہمدرد کا جوشاندہ

معیاری اجزاء سے تیار شدہ ہمدرد کا جوشاندہ  
نزل، زکام اور کھانسی سے فوری نجات دلاتا ہے۔  
بلغم خارج کرتا ہے۔ ٹانگ اور حلق کے ورم اور  
خراش کو رفع کرتا ہے۔





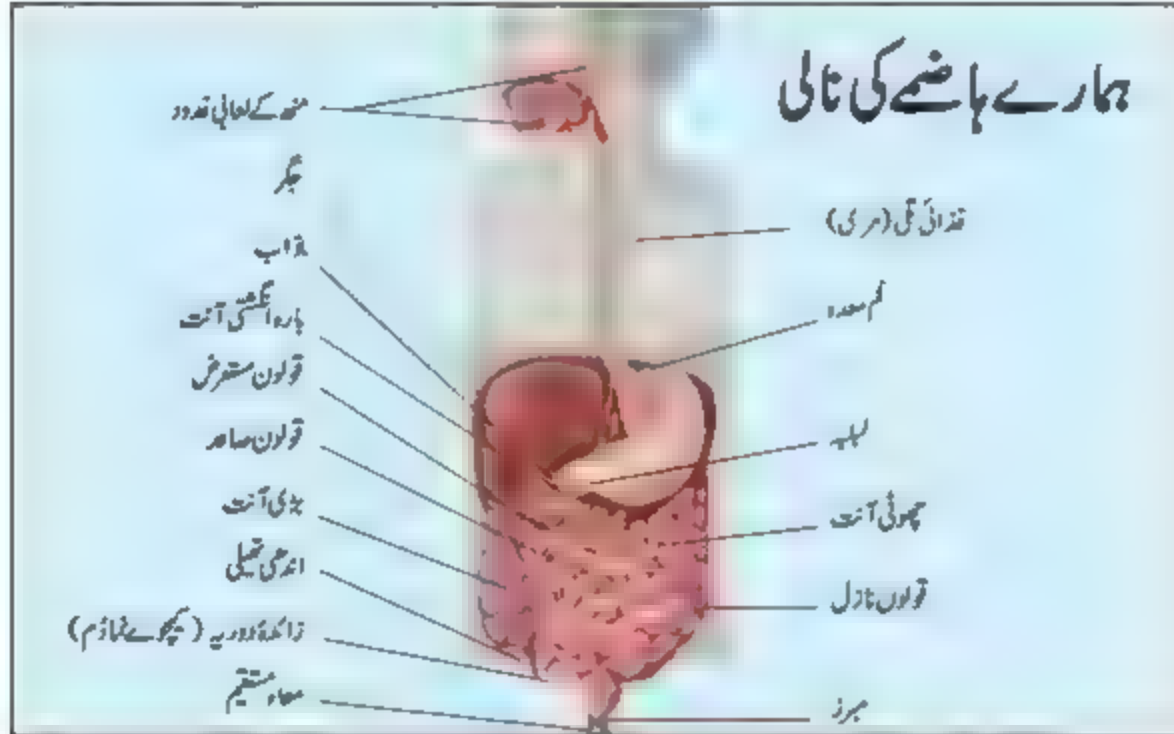
ہاضمے کی مشین بگڑ جاتی ہے زیادہ بھوکا رہنے سے بھی بدن کی آگ دھیمی اور ہاضمے کی مشین سست پڑ جاتی ہے۔ سلامتی کا طریقہ یہی ہے کہ کھانے کی مقدار میں اعتدال اور کھانے کے اوقات میں پابندی کے ساتھ مناسب وقفے رکھے جائیں۔ کھاتے وقت دانتوں سے غذا کا لقمہ خوب چبنا چاہئے تاکہ وہ منہ کے لعاب میں اچھی طرح گھل مل کر ہارک، نرم اور لیس دار ہو جائے اور اس کا ذائقہ محسوس ہو۔

لعاب میں ایک خاص خمیر (Ptyalin) بھی ہوتا ہے جس کے اثر سے غذا کے نشاستہ دار اجزاء ایک قسم کی شکر میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ (اور پھر یہ شکر پانی کے ساتھ گھل کر خون میں آسانی سے جذب ہو سکتی ہے)

### غذا کے مختلف اہم اجزاء

ہماری غذا میں مختلف نباتاتی و حیوانی اجزاء ملے جلتے ہیں، جن میں سے خاص یہ ہیں:

۱۔ ٹائٹروجنی، پروٹین یا کچی اجزاء (جن میں غذائیت اور بڑھوتری کی طاقت زیادہ ہوتی ہے) مثلاً گوشت، انڈے، دالیں، پیرو وغیرہ، ۲۔ شکر اور نشاستہ دار اجزاء (کاربوہائیڈریٹس) شکر، میٹھے پھل، نشاستہ دار اناج (گیہوں، مکئی، جوار، آلو، چغندر وغیرہ) ۳۔ چربی (اور تیل، مثلاً چربی، تھی، باہائی وغیرہ) چکنائیاں ۴۔ نمکیات، مثلاً کھانے کا نمک، سوڈیم، پوٹاشیم، فوسفورس، لوہے یا چونے سے بنے ہوئے مختلف نمک، جن میں سے اکثر نمک ہمارے خون اور صفرا (پت) میں بھی پائے جاتے ہیں اور جو بدن کے لئے ضروری ہیں۔ ۵۔ پانی، جو تمام تازہ قدرتی غذاؤں میں ہوتا ہے اور ہمارے خون کا بھی جزو اعظم ہے۔





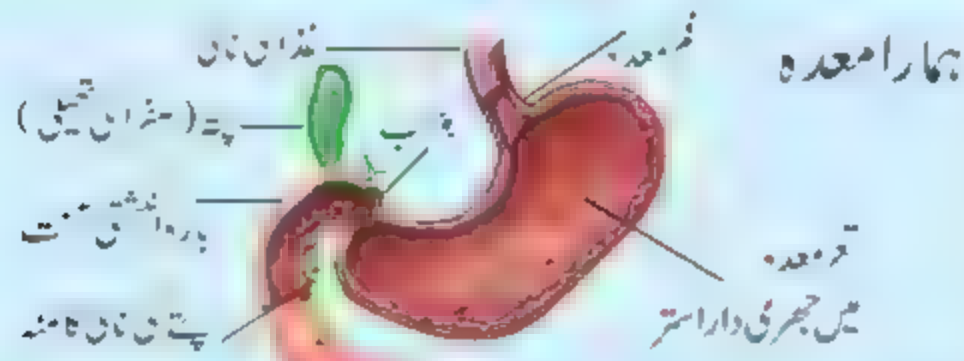
## ہاضمہ کی نالی

ان تمام مختلف غذائی اجزاء کو ہضم و جذب کرنے کے لئے قدرت نے ہمارے بدن میں ایک تیس فٹ لمبا راستہ یا نالی رکھی ہے، جو منہ سے شروع ہو کر مبرز (پاخانہ خارج ہونے کے سوراخ) تک جا کر ختم ہو جاتی ہے (دیکھو شکل) اس راستے میں ہضم کرنے والے دوسرے خاص خاص اعضا (منہ کی تھوک کی گلیاں، معدہ، جگر، لبلبہ، آنتیں)، اپنی اپنی نالیوں کے ساتھ جڑے اور ملے ہوئے ہیں، جن کی مدد سے غذا کے مختلف اجزاء منزل بہ منزل گھلتے، ہضم ہوتے اور ہمارے خون میں جذب ہونے کے قابل ہو کر جزو بدن بن جاتے ہیں۔ ہاضمے کے اس نظام کی ضروری تفصیل الگ الگ بیان کی جائے گی۔

## ہمارا معدہ

غذا حلق سے نیچے اترنے کے بعد ہماری غذائی نالی (مری) میں سے گزر کر ایک سوراخ (فم معدہ) کی راہ سے معدے میں داخل ہوتی ہے۔ یہ غذائی تلی، جو تقریباً دس انچ لمبی ہے، گردن میں سانس کی تلی کے پیچھے سے گزر کر سینے میں سے ہوتی ہوئی کوڑی کے نیچے پیٹ کے گڑھے میں پہنچ کر معدے کے درمیانی حصے کے اوپر کھلتی ہے (دیکھو شکل)

معدے کی شکل اور مقام: معدہ ایک مشک جیسی تھیلی ہے، جو پیٹ کے اوپری حصے کے بیچ میں زیادہ تر بائیں طرف کو واقع ہے۔ اس کے دو منہ ہوتے ہیں۔ اوپر کے منہ (فم معدہ) میں غذائی تلی داخل ہوتی ہے۔ دایاں سرا، جس میں نیچے کا منہ (بواب) ہوتا ہے، مشک کے منہ کی طرح بارہ انگشتی آنت کے اندر کھلتا اور اس میں معدے کے اندر کی غذا منتقل کرتا ہے۔ دائیں جانب معدہ جگر سے کسی قدر ڈھکا ہوا ہوتا ہے۔ اس کا بایاں جوڑا اور گول سرا تلی کی طرف ہوتا ہے۔ معدے کی تھیلی کی اندرونی سطح پر جھری دار جھلی کا استر ہوتا ہے (دیکھو شکل)



جس میں چھوٹی چھوٹی گلیوں سے رس ٹپک ٹپک کر تھیلی کے اندر جمع ہوتا رہتا ہے۔ یہی معدی رس ہے، جو غذا کو گھلاتا اور ہضم کرتا ہے۔

### معدے کا کام

جب غذا معدے میں پہنچتی ہے تو معدی رس اور زیادہ ٹپکنے لگتا ہے اور معدے کی دیواریں زیادہ زور سے سکڑ سکڑ کر غذا کو خوب ہوتی ہیں، جس سے غذا گھلتی اور آتش جو کی طرح نرم اور پتلی ہو کر نیچے کے منہ (بواب) کے راستے بارہ انگشتی آنت میں رفتہ رفتہ جاتی رہتی ہے۔ یہ بواب ایک قدرتی دربان ہے، جو صرف ہضم شدہ نرم اور پتلی غذا (کیوس) کو معدے سے آنتوں میں جانے دیتا ہے (سخت غذا کو جو ہضم نہ ہوئی ہو، نہیں آنے دیتا) اس طرح معدے میں غذا تین چار گھنٹے میں امکانی ہضم ہونے کے بعد معدے سے بتدریج آنتوں کے اندر خارج ہو جاتی ہے۔ سخت اور ثقیل غذا اور حد سے زیادہ مقدار میں کھائی ہوئی غذا کے ہضم ہونے میں زیادہ دیر لگتی ہے۔ اسی واسطے آپ کو چاہئے کہ بغیر بھوک لگے بار بار نہ کھائیں اور کھاتے وقت لڑنا جھگڑنا نہیں چاہئے۔ (کیوں کہ رنج و غم، صدمہ یا فکر سے غذا جلد ہضم نہیں ہونے پاتی)

### معدی رس کی تاثیر

(۱) معدی رس کسی قدر نمکین اور ترش ہوتا ہے۔ اس میں تیزاب ہوتا ہے، جو غذا کو گھلاتا اور نرم بنا دیتا ہے۔ نرم غذا پر معدی رس کے اندر کا ایک ہاضم خیر (پپ سین) غذا کے پروٹینی حصہ (لمبیات گوشت، انڈے، خیر وغیرہ) پر خاص طور سے عمل کر کے اور ان کو توڑ پھوڑ کر پروٹینوز اور پپٹون میں تبدیل کر دیتا ہے۔ (یہ پروٹین کی ٹوٹ پھوٹ کا آخری درجہ نہیں ہے، بلکہ ایک درمیانی معدی درجہ ہے) جب تک ترشی موجود نہ ہو پپ سین اپنا عمل ہضم اچھی طرح نہیں کر سکتی، اس واسطے معدی رس میں تیزاب بہت ضروری ہے۔

(۲) معدی رس میں ایک دوسرا خیر دودھ کو جمانے والا (رے مین) بھی ہوتا ہے۔ جسے ہوئے دودھ کے پروٹین پر پپ کا عمل ہاضم بہتر ہو سکتا ہے۔

(۳) معدی رس میں ایک تیسرا خیر چربیوں کو کسی قدر توڑنے والا (لایپیز) بھی ہوتا ہے۔ اس کے اثر سے غذا کی چربیوں صرف چھوٹے چھوٹے ذرات میں تقسیم ہو جاتی ہیں۔ چربیوں کا پورا ہضم معدے میں نہیں ہوتا، بلکہ آگے جا کر آنتوں میں مکمل ہوتا ہے۔

(۴) غذا کے شکر اور نشاستہ دار اجزاء (کاربوہائیڈریٹس) مثلاً میٹھے میوے گیہوں کا میدا، آلو، چقندر وغیرہ

ان پر معدی رس کا یہ اثر ہوتا ہے کہ شکری اجزا علاحدہ ہو جاتے ہیں، پھر شکری اجزا تو فوراً خون میں شامل ہو کر جذب ہو جاتے ہیں، مگر نشاستے دار اجزا پر معدی رس کا اثر نہیں ہوتا، بلکہ وہ منہ کے لعاب سے جو غذا کے ساتھ مل کر آتا ہے، معدے میں بھی کسی قدر ٹوٹتے رہتے ہیں، یہاں تک کہ معدے کی بڑھتی ہوئی تیزابیت لعاب کے اثر کو روکتی ہے) اب ان نشاستے دار اجزا کا ہضم آگے چل کر آنتوں میں ہوگا، کیوں کہ وہاں لہلہ اور آنتوں کی رطوبتیں ان کو ہضم کرنے کے لئے موجود ہوں گی۔

(۵) معدی رس کی تیزابیت کا ایک نہایت اہم اور مفید اثر یہ ہوتا ہے کہ اس سے معدے کے اندر کے تمام جراثیم مرجاتے ہیں اور غذا پاک و صاف حالت میں آنتوں میں پہنچتی ہے۔

(۶) مزید براں معدے کے تیزاب کے اثر سے غذا کے اندر کے آہنی (لوہے دار)، اجزا آزاد ہو کر قابل جذب بن جاتے ہیں۔ یہ آہنی اجزا خون کے سرخ دانوں کے لئے نہایت مفید ہوتے ہیں۔

نوٹ: رقیق و سیال مواد (مثلاً، شراب وغیرہ) جو معدہ میں آ کر تحلیل ہو جاتے ہیں، وہ یہاں خون کی رگوں میں راست جذب ہو کر جگر میں پہنچ جاتے ہیں۔

ہمارے ہاضمے کا نظام نہایت پیچیدہ ہے اور حد درجہ نازک بھی۔ انسانی جسم میں سب سے زیادہ خرابی اسی نظام میں آتی ہے کسی نہ کسی کو کبھی نہ کبھی خرابی، ہضم کی تکلیف ہو جاتی ہے اور اس کا علاج کرنا پڑتا ہے۔ ہاضمے کے نظام کے لئے مختلف ادویہ تیار ہوتی ہیں، مگر واقعہ یہ ہے کہ ان دواؤں کی تیاری میں بڑی احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ محض چند دوائیں جمع کر کے کوئی مجنون یا قرص بنا دینا نظام ہضم کے ساتھ بڑی زیادتی ہے۔ ضرورت ہے کہ علاج میں احتیاط سے کام لیا جائے اور ادویہ ایسے اداروں کی بنائی ہوئی استعمال کی جائیں، جن کی پشت پر سالہا سال کا تجربہ ہو اور جو آلات ہضم کی نزاکتوں سے واقف ہوں اور جن کے ہاں جدید تقاضوں کے تحت سامان تحقیق وریسرج ہو۔

### زخم معدہ و امعاء

آج کے دور میں درد شکم کی اکثر و بیشتر وجہ معدے میں نیز معدہ اور آنت کے مقام اتصال پر زخم ہوتا ہے۔ اس صورت حال کو پوری احتیاط کے ساتھ سمجھنا چاہئے۔ ظاہر ہے کہ اس صورت حال کا علاج عام چورنوں اور ہاضم نمکیات سے نہیں ہو سکتا۔ یہ سخت معرثہ ثابت ہوتے ہیں۔ اس کے لئے حسب ذیل اصول علاج بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔

### ہوا شافی

صبح: سوی نیم گرم پانی میں شربت ہادیان ملا کے  
ایک عدد ۱۵ ملی لیٹر

قبل غذا: قرصین تازہ پانی میں  
ایک ایک عدد

شب: امروالی تازہ پانی میں  
ایک عدد

اطباء کرام اس طریق علاج کو پورے یقین و اعتماد کے ساتھ اپنے مریضوں کو استعمال کرا سکتے ہیں۔ ایسے مریضوں کو مرچیں مطلقاً استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔

## کارمینا

نظام ہضم کو منظم و درست رکھتی ہے



بد ہضمی، پیٹ کا درد، قبض، گیس، سینے کی جلن،  
تے پاشی کی شکایات میں نئی کارمینا کا استعمال  
ان تکلیفوں سے نجات دلاتا ہے۔



## جوارش جالینوس

یہ جوارش مشہور یونانی حکیم جالینوس کے نسخے سے بنائی جاتی ہے اور اس کا خاص جز دوسرے اجزاء کی رہبری کر کے تاثیرات کا باعث ہوتا ہے، زعفران، قسط اور مصطکی ہے، یہ جوارش معدے کی ساخت اور اس کے چاروں پرتوں کو قوت دے کر معدے کے افعال کو درست کرتی ہے۔ غد مدعدہ (گیسٹرک فلاز) کی بے عملی دور کر کے غذا کو ہضم کرنے والی رطوبتوں میں اضافہ کرتی، بھوک بڑھاتی اور منہ کی بدبودور کرتی ہے۔ آنتوں کی حرکت دود یہ کو تیز کر کے قبض کو دور کرتی ہے۔ یورک ایسڈ اور پتھری بنانے والے دوسرے مادوں کو تحلیل کر کے گردہ و مثانہ کی رطوبت صاف کرتی ہے۔ درد کمر اور بلغمی کھانسی کو مفید ہے۔

ترکیب استعمال: ضرورت کے وقت اس کی ایک خوراک ذرا سے پانی کے ساتھ کھائیں۔ منہ کی بدبودور کرنے کے لئے رات کو سوتے وقت کھائیں۔

مقدار خوراک: ۶ سال سے ۱۵ سال تک عمر کے لئے ۳ سے ۴ گرام تک، ۱۵ سال سے بڑی عمر والوں کو ۹ گرام

## جوارش کمیونی

معدے کا درجہ حرارت بڑھا کر سردی دور کرتی ہے۔ رطوبت کو سکھاتی ہے اور ہچکیوں کو روکتی ہے۔ معدے کے طبقہ عقلیہ (مسکولر کوٹ) کی حرکت درست کر کے اور جو ہر ہضم کو بڑھا کر ہضم کی خرابی اور بھوک کے ہو کے کو دور کرتی ہے۔ آنتوں کی حرکت دود یہ کو تیز کر کے قبض کی عادت دور کرتی ہے۔ معدہ اور آنتوں کے خراب مواد کو نکال کر اس بخار کو رفع کرتی ہے جو معدہ اور آنتوں کی خرابی کی وجہ سے ہو۔ سفید اور سیاہ زیرے کے سفوف کو موثر دواؤں میں ملا کر یہ دوائی بنائی جاتی ہے۔

مقدار خوراک: ۵ سے ۱۴ سال تک عمر کے لئے ۳ سے ۵ گرام۔ بڑی عمر والوں کو ۷ گرام سے ۱۴ گرام تک دی جاسکتی ہے۔ معدہ اور جگر کو تقویت دیتی ہے اور اشتہا پیدا کرتی ہے۔ حرارت کو تسکین دیتی ہے۔

ترکیب استعمال: نہار منہ ایک خوراک کھالینی چاہئے ہضم کی خرابی دور کرنے کے لئے غذا کے بعد دونوں وقت کھائیں۔

## جوارش انارین

معدہ اور جگر کو قوت دیتی اور اشتہا پیدا کرتی ہے۔ حرارت کو تسکین دیتی ہے۔

ترکیب استعمال: ۹ گرام یہ جوارش صبح یا جس وقت ضرورت ہو پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے۔



زخم معده، سوزش  
اور سینے کی جلن کا مفید نجاتی علاج

# اندمالی

حیات امتیاط کے ساتھ منتخب کیے گئے نباتی اجزاء پر مشتمل "اندمالی" زخم معده (السر) اور معدے کی سوزش پر نرمی سے اثر کر کے پیٹ اور سینے کی جلن، معدے کے درد اور بد ہضمی کو دور کرتی ہے۔

"اندمالی" ایک موثر قبض کشا بھی ہے اور پیچش کی زود اثر دوا بھی۔

طریقہ استعمال: صبح ناشتے سے پہلے اور رات کو سونے سے قبل ایک لٹری یا پانی میں محلول کر لیں۔ بد ہضمی اور گرائی کی صورت میں کھانے کے بعد ایک چائے کا چمچ چمک کر پانی پی لیں۔ قبض کی حالت میں رات کو سوتے وقت دو چائے کے چمچے اور پیچش کی تکلیف میں ایک چائے کا چمچ دن میں چار مرتبہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔



## اندمالی

معدے کے السر اور سوزش کا علاج



بہرہ رسانی کے متعلق مزید معلومات کے لیے ویب سائٹ ملاحظہ کیجیے:  
[www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

فدائیتہ المسلمونہ تعلیم، سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔  
آپ ہمہ راستہ میں ملحقہ کے ساتھ مصنوعات بھی خرید سکتے ہیں۔  
شہرہ نام و ملک کی میرٹس کے ساتھ ساتھ ان کی عربی میں آپ کی شہرت بھی

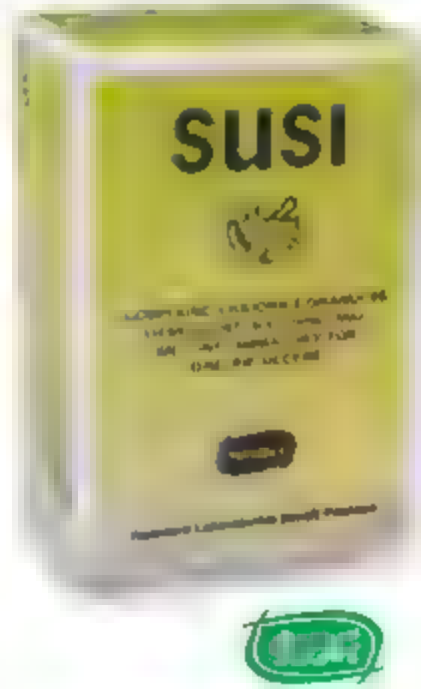
# سوسی

چھوٹی آنت کے زخم (السر)  
کا مؤثر نجاتی علاج

اسپینول کو قدرت نے زخموں کو مندمل کرنے کی خوبیوں سے نوازا ہے۔  
اسپینول اور معدے کی تکلیفوں کے لیے دوسری مؤثر نباتات کا مرکب "سوسی"  
چھوٹی آنت کے زخم (السر) اور اس کے باعث لاحق ہونے والی شکایات کے ازالے کے لیے  
نہایت مفید دوا ہے۔

"سوسی" زخم کو بھرتی ہے، خراش دور کرتی ہے اور تیزابیت میں اضافے کو روکتی ہے۔  
بلغم کے اخراج میں بھی مدد دیتی ہے اور سینے کو صاف کرتی ہے۔

طریقہ استعمال: سوسی کی ایک خوراک صبح، شام سے قبل  
اور ایک سرسیر کو پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔



مہر کے متعلق مزید معلومات کے لیے ایب سائٹ ملاحظہ کیجیے:  
[www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

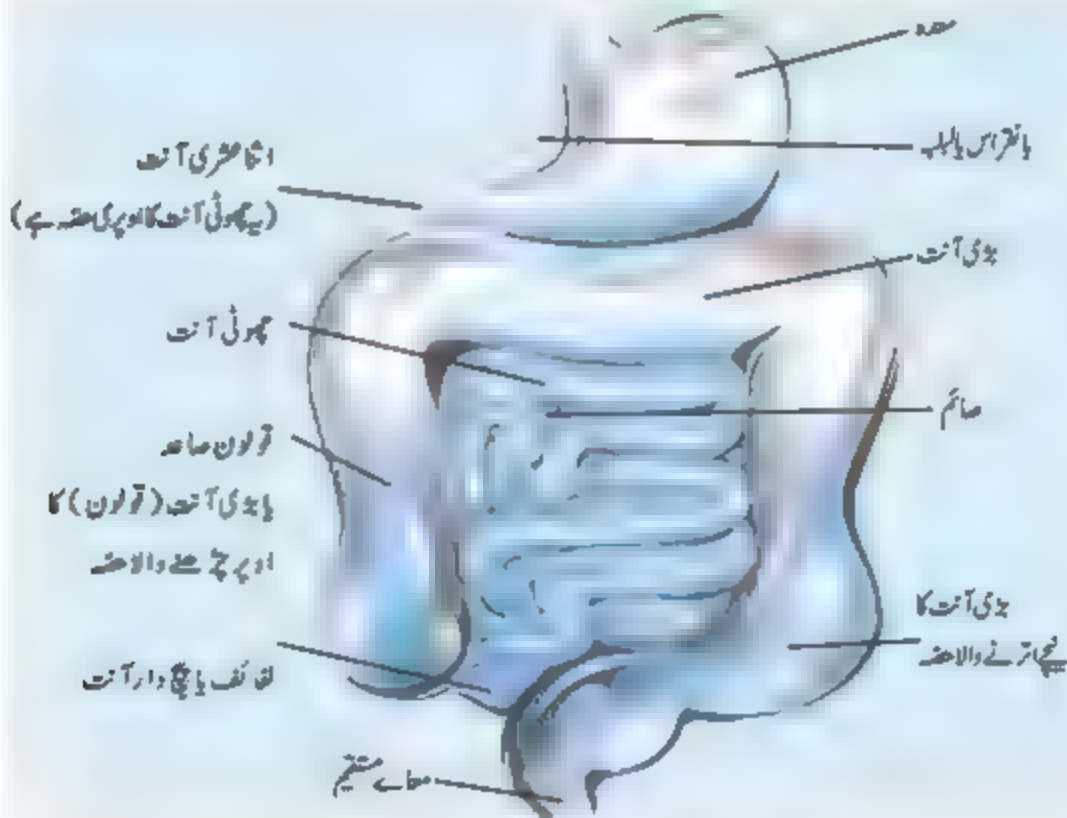
فائلنگسٹر مالک: تعلیم سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔  
آپ کا دوا دہانت ہے! اسکا ذکر کے ساتھ معلوماتی دوا دہانت ہے! آپ کو دوا دہانت ہے!  
شہر ہمارے ملک کی تعمیر میں شہر ہمارے ملک کی تعمیر میں شہر ہمارے ملک کی تعمیر میں

# ہماری آنتیں

پہلے معلوم ہو چکا ہے کہ معدے کا نیچے کا منہ (بواب) ایک قدرتی دربان ہے۔ جو صرف ہضم شدہ نرم اور چمکی غذا (کیموس) کو معدے سے آگے آنتوں میں جانے دیتا ہے اور اسے معدے میں واپس نہیں آنے دیتا۔ معدے سے آگے آنتیں ہوتی ہیں، جو دو قسم کی ہوتی ہیں (۱) چھوٹی آنت اور (۲) بڑی آنت یا قولون۔

## چھوٹی آنت

یہ تقریباً بیس فیٹ لمبی ٹی ہے، جس کے چار لچھے (ایک ربرکی ٹوب کی طرح) پیٹ کے صندوق کے اندر لپٹے لپٹائے ہوئے رکھے رہتے ہیں۔ اس کے پہلے حصے کو جو بواب سے آگے ایک فعل کی طرح بائیں طرف مڑا ہوا ہوتا ہے، بارہ انگشتی آنت کہتے ہیں۔ بارہ انگشتی (اثنا عشری) کے ابتدائی حصے میں معدے سے آئی ہوئی نرم





پتلی اور ترش تیزابی غذا (کیوس) داخل ہوتی ہے۔ اس سے آگے کے حصے میں جگر سے آیا ہوا پیلا پت (صفرا) لیلے سے آیا ہوا لیلی رس یہ دونوں عموماً ایک ہی تلی کے ذریعے بارہ انگشتی آنت کے اندر داخل ہو جاتے ہیں۔ پت اور لیلی رس دونوں کھاری (کلوری) ہوتے ہیں، اس لیے ان کے اثر سے ترش تیزابی کیوس کھاری بن جاتا ہے۔ آنت کی دیوار اور لیلے سے نکلے ہوئے خیر غذا پر اپنا ہضمی عمل کھاری حالت میں ہی اچھی طرح کر سکتے ہیں، اس لئے یہ ایک مفید قدرتی انتظام ہے۔

اب پت کی کارستانی دیکھئے کہ اس کے اثر سے بارہ انگشتی آنت میں آئی ہوئی غذا کے اندر کی چکنا چیاں چربیوں کھل کھلا کر شیرہ بن جاتی ہیں اور پھر کچھ عرصے بعد یہ شیرہ زیادہ لطیف بن کر خون اور لعف کی باریک رگوں میں جذب ہو کر بدن کے ان حصوں میں پہنچ جاتا ہے جن کو چربی کی ضرورت ہوتی ہے پت کے اور دوسرے اثرات جگر کے تفصیلی بیان میں کئے جائیں گے۔

لیلی رس بھی عجیب خاصیتیں رکھتا ہے۔ اس میں تین طرح کے خیر ہوتے ہیں:

- (۱) اینٹیلین نام کا ایک خیر تیل، چربیوں، چکنا چیوں کو گھول کر پتلا شیرہ بناتا ہے، جو آسانی سے جذب ہو جاتا ہے۔
- (۲) امائی لوب سین نام کا دوسرا خیر نشاستے دار اجزا کو شکر میں بدل دیتا ہے، جو آسانی سے جذب ہو کر آئندہ بدن میں جل کر توانائی پیدا کر سکے گی۔

- (۳) ٹرپ سن نام کا تیسرا خیر نائٹروجنی پروٹینی اجزا کی مزید توڑ پھوڑ کر کے چھوٹوں کو ان کی سادہ ترین اور آخری قابل جذب شکل یعنی امینو ایسڈز میں تبدیل کر دیتا ہے۔

چھوٹی آنت کی استری جھلی میں بہت سے اونچے اونچے ابھار (VILLI) انگلیوں کی شکل جیسے ہوتے ہیں، جن میں خون کی باریک رگیں ہوتی ہیں، جو ہضم شدہ غذائی اجزا کو جذب کر لیتی ہیں۔ ان ابھاروں میں غدود یا گلیاں بھی ہوتی ہیں، جن میں سے آنتوں کا رس نکلتا ہے۔ یہ رس بھی غذا کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

## بڑی آنت

(قولون) قریب پانچ فیٹ لمبی ہوتی ہے۔ اس کی گولائی چھوٹی آنت سے دگنی اور موٹی ہوتی ہے، اس میں انگلی نما ابھرا اور غرو نہیں ہوتے۔ شروع میں ایک منہ بند پٹلی (انڈھی تھیلی) ہوتی ہے، جس کے پچھلے حصے سے ایک موٹی ۳-۶ لمبی کچوے کی شکل کی دم سی (زائدہ دودھیہ) لگی ہوتی ہے۔ جب بڑی آنت میں غذا پہنچتی ہے تو اس کے غذائی اجزاء قریب قریب سب پہلے سے نکلے ہوئے ہوتے ہیں (اور یہ چھوٹی آنت میں جذب ہو چکے ہوتے ہیں) اور خالی فضلہ باقی رہ جاتا ہے، جو بالآخر مبرز میں پہنچ کر پاخانے کی شکل میں خارج ہو جاتا ہے۔ (دیکھو شکل)

## اشارات و معالج

فی زمانہ آنتوں کی خراش اور ان کے ضعف کی تکلیفیں زیادہ ہوتی ہیں۔ اس سلسلے میں بعض معالجات درج ذیل ہیں۔

### ہوالثانی

صبح: مالتی بسنت اور انوشدارو سادہ تازہ پانی میں دیا جائے  
ایک عدد ۶ گرام

سہ پہر: اندمالی

ایک عدد

یہ نسخہ آنتوں کے ضعف اور ان میں خراش کے لئے مفید ہے۔ اسہال کی صورت میں انوشدارو سادہ کی جگہ مہجون سنگ دانہ مرغ دینا مفید ہے۔



## اطریفل زمانی

آنتوں میں جب ردی مادے اور فضلات جمع ہو جاتے ہیں تو طرح طرح کی تکلیفیں ہونے لگتی ہیں۔ یہ اطریفل ان ناقص مادوں کو خارج کر دیتا ہے اور انہیں خون میں جذب ہونے سے روکتا ہے۔ اطریفل زمانی دائمی نزلہ، درد سر اور ہالٹو لیا میں مفید ہے۔ سقمونیا اور ہڑیں اس کا جزو اعظم ہیں۔ یہ آنتوں کی طبعی حرکات کو متوازن کر دیتا ہے اور قبض کی شکایت رفع ہو جاتی ہے۔

ترکیب استعمال: ۸ سال سے ۱۵ سال تک ۳ سے ۶ گرام اور بڑی عمر والے ۱۲ گرام تک رات کو نیم گرم پانی سے استعمال کریں (۱۰۰ گرام کا پیکنگ)

## اطریفل ملین

ریوند اور تربد کو دوسری مفید دواؤں میں ملا کر یہ مرکب تیار کیا گیا ہے۔ اس کا اثر براہ راست آنتوں کی حرکت دودھ (پیرا سٹانک موشن) پر ہوتا ہے۔ نئے اور پرانے قبض کو دور کرتا ہے۔ آنتوں کے خراب مواد کو نکال کر پیٹ اور آنتوں کے درد کو رفع کرتا ہے۔ اس کا باقاعدہ استعمال آنتوں کی گندی رطوبتوں کو دور ان خون میں ملنے نہیں دیتا۔ دماغی بیماریوں اور پرانے درد سر کو دور کرتا ہے۔

ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت ایک خوراک کھ کر اوپر سے ذرا سا کنکنا پانی پی لیں۔ مقدار خوراک۔ ۸ سال سے ۱۵ سال تک کے لئے ۳ گرام سے ۶ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کے لئے ۹ گرام سے ۱۲ گرام تک۔

## پیچ شدید سے شدید پیچش کا علاج

”پیچ“ اسہال اور پیچش کی یقینی زد و اثر دوا ہے۔ قولون (بڑی آنت) معاء مستقیم (آخری آنت) کے ورم کو دور کرتی ہے اور ان کی اندرونی سطح پر جو زخم آ جاتے ہیں، ان کو بڑی خوبی سے بھر دیتی ہے پیچش اور دستوں میں آنتوں کی حرکت بڑھ جاتی ہے۔ پیچ کے ننھے ننھے قرص اس حرکت کو اعتدال پر لے آتے ہیں اور پیچش کی تکلیف جاتی رہتی ہے اور دست بھی رک جاتے ہیں۔ جدید محققین نے شدید یعنی عصائی پیچش کو خاص جراثیم کا سبب قرار دیا ہے، جن کو ”شی کا زیمی لائی“ کہتے ہیں۔ پیچ ان جراثیم کو ہلاک کر دیتی ہے۔ بلغمی اور صفراوی پیچش میں بھی یہ دوا کارآمد ہے۔ ہر گھر میں رہنے کی چیز ہے۔

ترکیب استعمال: صبح تازہ پانی کے ساتھ ایک قرص نگل لیا جائے۔ شدید حالت میں شام کو چار بجے یا رات کو سوتے وقت بھی ایک قرص کھا لینا چاہیے۔ بچوں کو ان کی عمر کے مطابق نصف یا چوتھائی قرص دیا جاتا ہے۔ مفصل ہدایات دوا کی شیشی کے ساتھ ملاحظہ فرمائیے۔ (۲۰ قرص کی پیکنگ)

## سفوف نمک سلیمانی

مختلف نمکیات اور سیاہ مرچ وغیرہ سے بنایا جاتا ہے۔ معدے کو طاقت دے کر اس کے طبقہ عہلیہ کی حرکات درست کرتا ہے۔ غدہ بنغمیہ کو قوت دے کر اور جو ہر ہاضم کو بڑھا کر کھانا ہضم کرتا ہے۔ جگر کے افعال درست کر کے عمدہ خون بنانے میں مدد دیتا ہے۔

ترکیب استعمال: کھانا کھانے کے بعد یا سوتے وقت پانی کے ساتھ کھائیں۔ نفخ اور پیٹ کے درد کے لئے ایک کاسریاح کی حیثیت سے ضرورت کے وقت استعمال نہایت زوداثر ہے۔ ترش، ہادی اور ثقل چیزوں سے پرہیز ضروری ہے۔ خوراک: ۲ سال سے ۶ سال تک ۲۵۰ ملی گرام ۱۲ سال تک ۵۰۰ ملی گرام۔ بڑی عمر والوں کو ۵۰۰ ملی گرام۔

## پچنول

معدے کی بیماریوں، بد ہضمی، جیزابیت، متلی اور نفخ کا بہترین علاج ہے۔ معدے کی بیماریوں کو دور کرنے کی قابل اعتماد دوا ہے۔ یہ پورے نظام کو درست کر کے ان تکایف کو مستقل طور پر ختم کر دیتی ہے۔ اس کے استعمال سے کھانا خوب ہضم ہوتا ہے۔ پیٹ کا بھاری پن دور ہو جاتا ہے اور معدہ، آنتیں اور جگر اپنا کام صحیح کرتے ہیں۔

## نئی کارمینا

نیو (نئی) کارمینا مکمل ہائے ہمدرد مخصوص ادویہ ہمدرد کو مزید موثر اور مفید بنانے کے لئے مصروف عمل رہتا ہے۔ چنانچہ ”کارمینا“ میں شامل جڑی بوٹیوں اور قدرتی نمکیات پر مزید تحقیق اور اضافے کے بعد اس کو اب مفید تر اور موثر ترین بنایا گیا ہے اور اب نیو (نئی) کارمینا کے یہ قرص نئی پیکنگ اور نئے انداز میں پیش کئے گئے ہیں۔ اب اس کو نظام ہضم کی جملہ خرابیوں کو دور کرنے میں ایک ایسی یقینی دوا بنادیا گیا ہے کہ ہر موسم ہر آب و ہوا ہر مزاج اور ہر عمر کے مریضوں کے لئے پہلے سے زیادہ متوازن اور مفید تر ہو گئی ہے۔

نیو (نئی) کارمینا کے قرص تیزابیت، سینے کی جھن، نفخ شکم، بد ہضمی، جھوک کی کمی اور قبض کی شکایات کو دور کر کے معدہ پر خوش گوار اثر ڈالتے ہیں۔ رطوبات ہاضم کی تراوش کو طبعی بناتے ہیں۔ کاسریاح ہیں۔ جگر کی سستی کو دور کر کے ہضم کی تمام خرابیوں کی اصلاح کر دیتے ہیں قبض رفع کرتے ہیں، جگر کی جملہ خرابیوں ان اقراص سے دور ہو جاتی ہیں اور خون صالح کی پیداوار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اب نیو (نئی) کارمینا پہلے سے زیادہ قابل اعتماد قرص کی صورت میں پیش کی جا رہی ہیں۔ پودینے کے جوہر اور دیگر مفید اجزاء کی شمولیت نے نئی کارمینا کو زیادہ قوی اور زوداثر بنادیا ہے۔

”نئی کارینا“ ہر موسم، ہر آب و ہوا اور ہر مزاج میں بلا خطر استعمال کی جاسکتی ہے۔ ”نئی کارینا“ بڑے بچے اور عورت مرد سب استعمال کر سکتے ہیں۔ حاملہ خواتین بھی ہضم کی خرابیوں کے لئے استعمال کر سکتی ہیں۔ بچوں کی خوراک نصف سے ایک اور بڑوں کے لئے دو سے تین ٹکیاں۔

## کیسری

ہاضم، مسکن، کاسر، ریا، پیٹ کی جلن اور نفخ کو دور کرتی ہے۔ غذا کے ہضم میں مدد دیتی ہے۔ ریا، اور گیس میں بہت مفید ہے۔

ترکیب استعمال: دوپہر کے کھانے سے پیشتر اور ایک خوراک رات کے کھانے سے پیشتر قدرے پانی کے ساتھ پھینک لینی چاہئے۔ غذا میں ہلکی زود ہضم چیزیں استعمال کی جائیں چکنائی کا استعمال ممکن حد تک کم کیا جائے۔

## نمک حبالینوس

معدہ اور آنتوں کو قوت دیتا ہے اور ان کو ردی مواد سے پاک و صاف رکھتا ہے۔ بد ہضمی اور دائمی قبض کو رفع کر کے غذا کو صحیح طور پر ہضم کرنے کی صلاحیت بخشتا ہے۔ خون صالح پیدا کر کے چہرے کو خوش رنگ بناتا ہے۔

## خون کے معیار پر۔ صحت کا انحصار

منتخب نباتات اور فولاد کا نہایت زود اثر اور مفید مرکب  
”ہمدرد کا شربت فولاد“ خوب کے ثمرات وائوں کی یہاں شش میں امداد کر کے  
فولاد کی کمی زور کرتا ہے، جگر، معدے اور آنتوں کی کارکردگی کو  
درست کرتا ہے، جسمانی اور ذہنی کمزوری کو رفع کر کے صحت  
کی جلی میں مدد دیتا ہے۔

بچوں، بڑوں سبھی کے لئے نہایت مفید و موثر



# قرہین

زخم معدہ (پیدیک اسر) اور  
زخم اثنا عشری (ڈوڈنل اسر) کو  
مندمل کرتی اور دافع درد ہے۔

زہنی دباؤ، تفکرات، ناموزوں غذا، کھانے پینے کے اوقات اور  
عادات میں تبدیلی اکثر اوقات اسر میں تکلیف دہ بیماری کا سبب بن جاتی ہے۔  
اس مرض کے ازالے کے لیے اصل اسروس اور دیگر نباتی اجزاء پر مشتمل قرہین معدے کی تیزابیت کو کم کر کے  
زخم کو بڑھنے سے روکتی اور اسے مندمل کر کے اسر کی تکلیف سے شفا دیتی ہے۔  
طریقہ استعمال: زخم معدہ اور زخم اثنا عشری کے لیے ایک خوراک صبح نہار منہ اور ایک ایک خوراک ہر کھانے سے  
۱۰ منٹ قبل اور ایک خوراک رات کو سوتے وقت تین ماہ تک استعمال کریں۔  
مریض سالانہ بار غذا سے پرہیز کریں۔ صرف آبی جوں جوں غذا چلے جائیں استعمال کریں۔



مذہبہ الحکمد: تعلیم، سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔  
آپہ ہندو دوست ہیں، ہندو کے ساتھ معاہدات محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ ہیں جو کوئی  
شہر و مملکت کی تعمیر میں لگ رہا ہے۔ اس کی تعمیر میں آپ بھی شریک ہیں۔

ہندو کے شائق مزید معلومات کے لیے ویب سائٹ ملاحظہ کیجیے:  
[www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

## دواء امسک معتدل سادکا

جگر ہمارے بدن میں سب سے بڑا غدود ہے، جس کا وزن ڈیڑھ دو سیر ہوتا ہے۔ یہ پیٹ کے دائیں طرف پسلیوں کے نیچے، معدے کے اوپر ہوتا ہے۔ اس کے دو توخڑے ہوتے ہیں۔ دایاں توخڑا بڑا اور بایاں توخڑا چھوٹا ہوتا ہے، جس کا کچھ حصہ بائیں پسلیوں کے نیچے تک آ جاتا ہے۔ جگر کی اوپری سطح گول اور نیچے کی سطح پر پانچ شکاف ہوتے ہیں، جو جگر کو پانچ چھوٹے توخڑوں میں تقسیم کر دیتے ہیں۔ ان میں سے ایک شکاف کے اندر پتہ (مرارہ) یعنی پت کی قھیلی رہتی ہے۔ جگر سے پت (صفرا) پیدا ہو کر اسی قھیلی میں جمع ہوتا رہتا ہے اور پھر ایک نالی کے ذریعے لیبلے کے رس کے ساتھ بارہ انگشتی آنت میں پہنچ کر وہاں غذا کو ہضم کرنے میں کارآمد ہوتا ہے۔ جوان آدمی کا جگر دن رات میں آدھ سیر سے لے کر سوا سیر تک پت پیدا کرتا ہے۔ یہ پت ہمیشہ بننا رہتا ہے نہ کہ لحد بہن یا معدے اور لیبلے کے رس کی طرح، جن کا نپکاؤ زیادہ تر کھانا کھانے کے وقت ہوتا ہے (جگر کے کام (۱) جگر کا ایک بڑا کام پت پیدا کرنا ہے۔ بھوک کے وقت پت جگر سے نکل کر پتے میں جمع ہوتا ہے اور پھر ہضم کے وقت وہاں سے نکل کر آنت میں آ جاتا ہے اور آنتوں کے کام میں مدد دیتا ہے۔





یہ امینو ایسڈ خون کے ذریعے جگر میں پہنچتے ہیں تو جگر ان کو خون سے علاحدہ نکال کر پوریا میں تبدیل کرتا ہے، جو گردوں کی راہ پیشاب کے ساتھ بدن سے خارج ہوتا رہتا ہے۔ دراصل جگر ہمارے بدن کی ایک کیمیائی بھٹی ہے، جس کے اندر بدن کا ہر قسم کا کچرا کوڑا (زندہ یا مردہ، مثلاً خون کے ناکارہ سرخ ذرات، غذا اور بافتوں کے فضلات وغیرہ) خون کی راہ سے پہنچ کر تباہ و برباد کر دیا جاتا ہے۔ پھر خوبی یہ ہے کہ تباہ و برباد کرنے کے اس عمل میں جگر حرارت بدن کو قائم رکھنے کا ایک مفید کام انجام دیتا ہے۔ یہ گویا ”بیک کرشمہ دوکار“ کی مثال ہے۔

تباہ و برباد کرنے کے اس عمل میں بھی جگر اس ہوشیاری کے ساتھ کام کرتا ہے کہ بے کار چیزوں کو تو جن جن کر تباہ کرتا ہے، مگر مفید اجزاء کو الگ کر کے اپنے اندر محفوظ کر لیتا ہے۔ جگر خون کے ناکارہ سرخ ذرات کو تو تباہ کرتا ہے، مگر ان کے اندر کے لوہے اور پت کے اندر لوہے کو جن کر اپنی ساخت کے خلیوں کے اندر محفوظ کر لیتا ہے اور پھر ضرورت کے وقت اس محفوظ لوہے کو خون کے اندر شامل کرتا رہتا ہے۔ یہ لوہا خون کی راہ سے ہڈیوں کے سرخ گودے میں پہنچتا ہے، جہاں خون کے نئے سرخ دانے بنتے ہیں۔ اس طرح جگر نیا خون بنانے میں اپنا حصہ ادا کرتا ہے۔ بچے کی پیدائش سے پہلے بھی جنین میں جگر، خون کے سرخ اور سفید ذرات بنانے کا ایک اہم کارخانہ ہوتا ہے۔

بعض جانوروں اور بعض انسانوں میں جگر اپنے اندر چربی بھی محفوظ کر لیتا ہے اور یہ چربی انہیں موسم سرما میں یا جانوروں کی سرما خواہی (HIBERNATION) کے زمانے میں کارآمد ہوتا ہے۔

ماہر سائنس دانوں کو اس کا بھی کچھ ثبوت ملا ہے کہ جگر ایک خاص ”باطنی افراز“ اندرونی رطوبت جو کسی نالی کے ذریعے خارج نہیں ہوتی، بلکہ جگر کی ساخت میں بن کر راست دوران خون میں جذب ہو جاتی ہے (پیدا کرتا ہے۔ یہ باطنی افراز بدن کے اندر خبیث رسولیاں (سرطان وغیرہ) نہیں بننے دیتا۔

جگر غذائی زہروں کو چھاننے کی ایک بڑی چھانی (آلہ تقطیر یا مقطر) ہے۔ غذائی خطے اور آنتوں کا تمام خون پہلے جگر میں سے ہو کر بدن کے باقی حصوں کو جاتا ہے۔ آنتوں وغیرہ میں بہت سے نامناسب اور مضر مادے، جو خون میں داخل ہو جاتے ہیں، جب یہ خون کے ساتھ جگر میں پہنچتے ہیں تو جگر ان تمام فاسد اجزاء کو جن لیتا ہے اور پت کے ساتھ خارج کر دیتا ہے۔ پھر اس طرح صاف شدہ خون جگر سے نکل کر بدن کے باقی ماندہ حصوں (دماغ وغیرہ) کو پہنچتا ہے اس طرح جگر الکحل شراب کو بالخصوص جن کر پت کے ساتھ آنتوں میں واپس بھیج دیتا ہے اور جسم و دماغ کو الکحل کے مضر اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ شراب جیسے زہر کے اثر سے باقی جسم کو بچانے

میں ہے چارہ جگر خود گناہ ہے شراب کے زہریلے اثر کا شکار ہو جاتا ہے اور اس میں بیماری پیدا ہو جاتی ہے۔  
 اوپر کے بیان سے ظاہر ہوگا کہ جگر ہمارے بدن کا ایک نہایت اہم اور مفید عضو ہے۔ وہ پت پیدا کر کے ہاضمے  
 میں مدد دیتا ہے، زہروں اور فضلات کو چھاننے، جلانے اور حرارت پیدا کرنے کی ایک قدرتی چھنی اور ایک  
 عمدہ بھٹی ہے اور کارآمد چیزوں کو محفوظ رکھنے کا ایک بڑا گودام ہے، جس میں حیوانی نشاستہ (گلائیکوجن) لوہا اور  
 چربی جیسی مفید چیزوں کا ذخیرہ جمع ہوتا ہے، جو بدن کی مختلف ضرورتوں کے وقت ہمارے کام آتا ہے۔  
 پاکستان میں نیز باہر ممالک میں یرقان ایک خطرناک مرض کی حیثیت سے جانا جاتا ہے۔ اس پر ہمدرد میں جو  
 تحقیقات ہوئی ہیں ان کی روشنی میں ”اکٹرین“ کو یرقان کی ایک بہترین دوا کی حیثیت سے تسلیم کیا جا چکا ہے۔

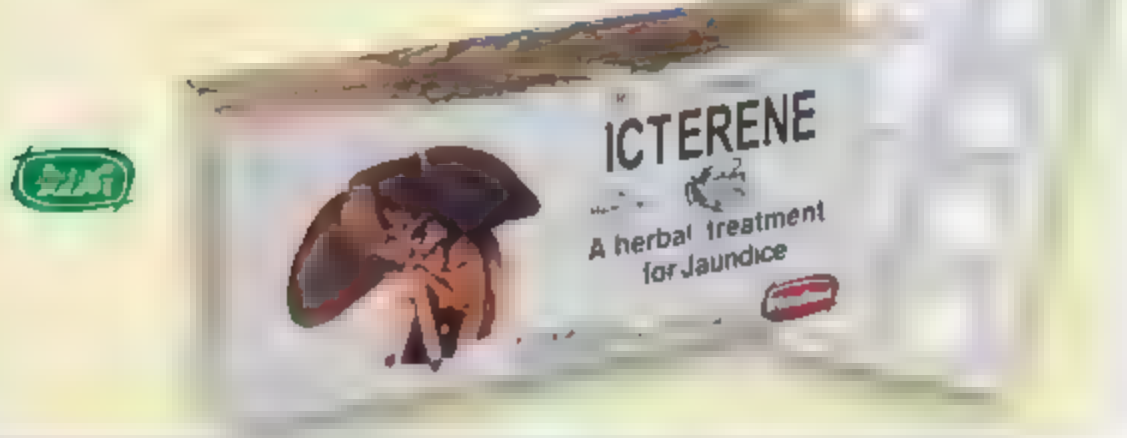
## اکٹرین

### یرقان سے نجات کے لیے قابل اعتماد نباتی مرکب

منتخب نباتات کے کیمیائی اجزاء پر مراد وراثت سے مسلسل تحقیق و تجربہ کے بعد  
 صرف سال قبل ہمدرد نے یرقان کی بے مثال دوا اکٹرین تیار کی۔ یہ شکر کے فعل کی اصلاح کے علاوہ  
 دھوی اور سرایتی دواؤں، قسام کے یرقان کے لیے کامیابی کے ساتھ استعمال کی جا رہی ہے۔

اپنے نفیس نباتی اجزاء کی بدولت اکٹرین نوزائیدہ بچوں  
 کو لاحق ہونے والے یرقان کا بھی مفید علاج ہے۔

### اکٹرین یرقان کا شافی علاج



## جگر کی صحت۔ تن درستی کی ضمانت

### جگرین

طب مشرق میں جگر کو انتہائی اہمیت حاصل ہے کیونکہ جگر اپنا فعل اگر صحیح طور پر انجام نہ دے تو طرح طرح کی بیماریاں انسان کو گھیر لیتی ہیں۔

سستی، پتھر دگی، بھوک کی کمی اور چہرے پر پیلاہٹ خرابی جگر کی واضح علامتیں ہیں۔

ہم درد کی جگرین ایک مفید و مؤثر نباتی دوا ہے جو درم جگر، ضعف جگر اور سبزہ کھدی جیسی شکایتوں کو دور کر کے جگر کے افعال کو درست کرتی ہے۔ یہ بھوک کی کمی کو دور کرتی ہے۔

اور صراغ خون کی پیدائش میں مدد دیتی ہے۔ چہرے پر سُرخ و شادابی لاتی ہے اور آپ کو صحت مند رکھتی ہے۔



### جگرین

فعلی جگر کو منظم کرتی ہے  
امراض جگر سے نجات دلاتی ہے



مَدَنِيَّةُ الْحَنَكَةِ تعلیم، سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ

آپ ہمراہ دوست ہیں! ہمارے کاروبار کے بارے میں معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارے ویب سائٹ پر زور دیجیے: [www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

شہر و مملکت کی تعمیر میں ہم سب کا ہمارا ہے۔ اس کی تعمیر میں آپ کی شہید ہیں۔

## دواء المسك معتدل سادکا

دل کے افعال کو اور اس کی حرکات کو باقاعدہ کرتی ہے۔ خفقان (ہیپی نیشن) اور مالتجیہ میں مفید ہے اس میں مشک شامل ہے جس نے اسے موثر، سریع الاثر اور محرک (ڈیفیوزنیل اسٹیمولنٹ) بنا دیا ہے۔ اس تاثیر کی بنا پر ضعف اور غشی میں بہت فائدہ دیتی ہے۔ جگر اور معدہ کی کمزوری کو دور کرتی ہے۔ بھوک لگاتی ہے ایسے مریض جن کے منہ کا ذائقہ خراب رہتا ہو اور زبان پر تہہ جمی رہتی ہو ان کے لیے مفید ہے ترکیب استعمال: عرق گاؤزبان ۱۵۰ ملی لیٹر۔ عرق بادیان ۱۵۰ ملی لیٹر کے ہمراہ کھائیں۔ دودھ کیساتھ بھی کھا سکتے ہیں یا پھل کے رس کے ساتھ۔ مقدار خوراک۔ ایک سے ۶ سال عمر والوں کے لیے ایک گرام سے ۲ گرام تک ۶ سے ۱۲ سال تک ۲ سے ۳ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کو ۳ سے ۶ گرام تک۔

## حب کبد نوشادری

نوشادران گولیوں کا خاص جز ہے۔ یہ جگر کی بیماریوں میں نہایت مفید ہے جگر کے افعال کو درست کر کے غذا کے ناقص مواد کو جو باب الکبد (پورٹل وین) سے خون میں مل کر معدہ اور آنتوں میں آتے ہیں، خارج کرنے میں مدد دیتی ہے نیز حیوانی مواد کو ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے اجزائے لحمیہ کا فضلہ (یوریا) بنانے میں مدد دیتی ہے۔ آنتوں میں صفر اکرانے کے عمل کو درست کرتی ہے، قبض کو دور کرتی ہے، نہایت عمدہ محرک جگر اور کاسرریاح ہے۔ بھوک لگاتی ہے۔

ترکیب استعمال: دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد پانی کے ساتھ کھائیں۔

مقدار خوراک: ۶ سال کی عمر سے ۱۰ سال تک آدمی سے ایک گولی تک اس سے بڑی عمر والوں کو ایک گولی سے دو گولی تک

## شربت فولاد

ہمارے خون میں منجملہ اور اجزاء کے فولاد بھی ایک خاص مقدار میں پایا جاتا ہے۔ بعض بیماریوں کے بعد یا جگر کے مرض میں فولاد ہمارے خون میں بہت کم ہو جاتا ہے۔ ضرورت ہوتی ہے کہ اس کی کو فوراً پورا کیا جائے، تاکہ خون کا کیمیائی توازن برقرار رہے اور صحت بگڑنے نہ پائے۔ جب آپ یہ دیکھیں کہ صحت دن بہ دن بگڑتی جا رہی ہے اور بھوک بند ہو گئی ہے اور زبان خراب رہتی ہے، ذائقہ بدل گیا ہے تو ایسے موقعوں پر ہمیشہ شربت فولاد استعمال کیجئے۔ ہمدرد کا شربت فولاد ایسے اجزاء سے مرکب ہے جو جگر اور معدے کو قوت دیتے ہیں۔ فولاد خون میں شریک ہو جاتا ہے اور جد صحت درست کر دیتا ہے۔ خون کی کمی کے مریض اسے بڑے اطمینان سے استعمال کریں۔ ان کا چہرہ اس کے مفید ہونے کی جلد گواہی دے گا

## دولابی

ذیابیطس شکاری کے لیے: ہمارے شکم میں ایک عضو بانقرا اس ہے، جسے عرف عام میں بلبلہ کہا جاتا ہے۔ تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ لیلے کے ایک حصے سے ایک خاص رطوبت مترشح ہوتی ہے، جسے انسولین کہا جاتا ہے۔ یہ رطوبت خون میں جذب ہو کر شکر کا توازن برقرار رکھتی ہے۔ اگر کسی وجہ سے یہ رطوبت خون میں نہ ملے تو شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور بالآخر شکر پیشاب کے ساتھ نکلنے لگتی ہے ”دولابی“ ایسی حالتوں میں مفید اثر نمایاں طور پر دکھاتی ہے۔ یہ لیلے کے اس حصے کو از سر نو طاقت دیتی ہے، جس کے خراب ہو جانے سے انسولین بنی بند ہو جاتی ہے۔ اس لئے یہ اصولی دوا ہے۔ معالجین اس پر بھروسہ کرتے ہیں اور اپنے مریضوں پر استعمال کرتے ہیں۔ اگر آپ کو یہ مرض ہے تو آج ہی سے دولابی استعمال کیجیے۔

## نبض کی رفتار کی شرح

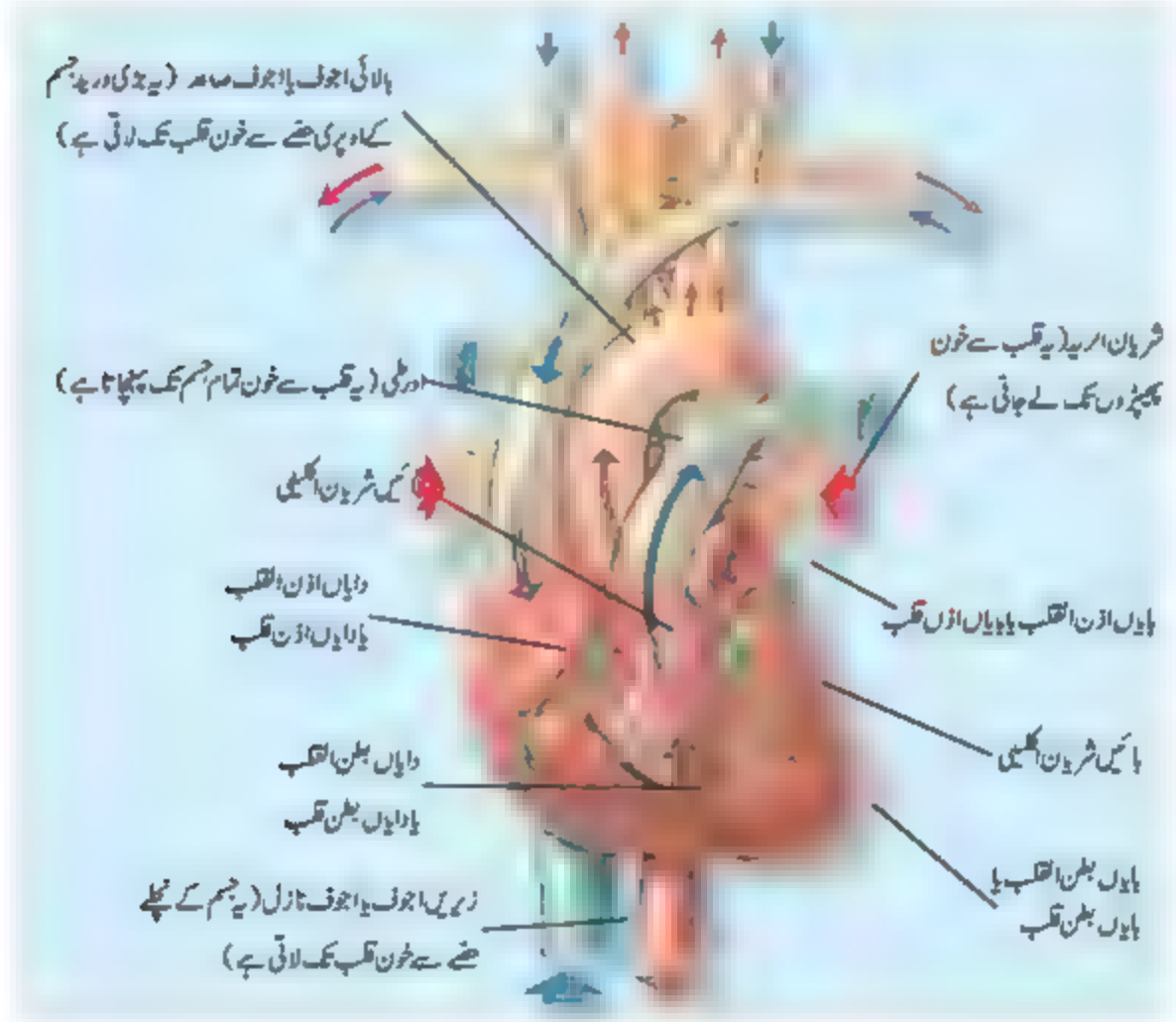
عمر	دھڑار	نبض فی منٹ
رجم میں	۱۴۰	۱۵۰
نوزائیدہ بچے میں	۱۳۰	۱۴۰
پہلے سال میں	۱۱۵	۱۳۰
دوسرے سال میں	۱۰۰	۱۱۵
تیسرے سال میں	۹۵	۱۱۰
ساتویں سال سے چودھویں سال تک	۹۰	۸۰
چودھویں سال سے اکیسویں سال تک	۸۵	۷۰
اکیسویں سال سے ۶۰ سال تک	۷۵	۷۹
اس کے بعد بڑھاپے میں	۷۵	۸۰



# دل کی شکل اور جگہ

## دل کی شکل اور جگہ

ہمارا دل بھی قدرت کا ایک عجیب کرشمہ ہے۔ دیکھنے میں ایک مٹھی کے برابر گوشت کا تو تھا مگر کام کا ایسا پکا کہ ایک منٹ میں ستر بار سکڑتا پھیلتا رہتا ہے عمر بھر حرکت کرتا رہتا ہے۔ دل اپنے دہرے جمل والے غلاف کے اندر سینے میں دونوں پھیپڑوں کے درمیان بائیں طرف جھکا ہوا ہوتا ہے۔ اس کی شکل مخروطی (اہرام نما) ہے جس کا چوڑا حصہ اوپر نسبتاً دائیں طرف اور زاویہ نیچے بائیں طرف جھکا ہوا ہوتا ہے۔



## دل کے دو حصے اور چار خانے

دل کے دو حصے ہوتے ہیں ایک دایں، دوسرا بایاں۔ یہ دونوں حصے ایک دوسرے سے براہ راست تعلق نہیں رکھتے کیونکہ ان دونوں کے درمیان ایک پردہ دیوار حائل ہے۔ ہر ایک حصے کے اندر دو خانے (ایک اذن اور دوسرا بطن) ہوتے ہیں جن کے درمیان خون گزرنے کا راستہ ہوتا ہے۔ اس طرح دل کے چار خانے بن جاتے ہیں یعنی (دو اذن اور دو بطن) ان میں خون بھرا ہوتا ہے اور یہ خانے سکڑتے پھیلتے رہتے ہیں جس کی وجہ سے خون کا دوران جاری رہتا ہے۔

## دل کا کام

دراصل دل ہمارے سارے بدن میں خون پہنچانے کا آلہ یا پمپ ہے جس سے ہمارے بدن کی پرورش ہوتی ہے۔ دل اس طرح سکڑتا اور پھیلتا ہے کہ اس کے دونوں اذن اور اسی طرح دونوں بطن ایک ساتھ عمل کرتے ہیں۔ جب دونوں اذن پھیلتے ہیں تو دائیں اذن میں بدن کا استعمال کیا ہوا خون آتا ہے اور بائیں اذن میں پھیپڑوں سے صاف شدہ خون جاتا ہے۔ اذنین میں خون لانے کا یہ کام وریڈیں انجام دیتی ہیں۔ جب خون سے بھرے ہوئے دونوں بطن ایک ساتھ سکڑتے ہیں تو دائیں بطن کا نا صاف خون پھیپڑوں میں صاف ہونے کے لیے (کاربن ڈائی آکسائیڈ خارج اور آکسیجن جذب کرنے کے لیے) چلا جاتا ہے اور بائیں بطن کا صاف اور سرخ (آکسیجن دور) خون تمام بدن میں پھیل جاتا ہے دونوں بطنوں سے خون باہر لے جانے کا کام خاص رگیں (شریانیں) انجام دیتی ہیں۔ اس طرح دل کے دونوں پمپ جدا جدا طور پر کام کرتے ہیں۔ ہمارا مہنتی دل عمر بھر سکڑتا اور پھیلتا رہتا ہے۔ پہلے سکڑتا ہے اور پھر پھیلتا ہے۔ پھیلنے کی حالت میں اسے ذرا دیر آرام کا موقع مل جاتا ہے چونکہ دل کا بایاں حصہ سارے بدن میں خون پہنچانے کے لیے زیادہ زور سے پمپ کرتا ہے اس لیے بائیں حصے کی بہ نسبت اس کے عضلات زیادہ دبیز اور نسبتاً مضبوط ہوتے ہیں اسی طرح دل سے باہر خون لے جانے والی رگیں (شریانیں) خون واپس لانے والی (وریڈوں) کے مقابلے میں زیادہ موٹی اور مضبوط ہوتی ہیں۔ کس قدر عجیب بات ہے کہ ہمارا دل جس کا وزن دس اونس سے زیادہ نہیں ہوتا، سیروں میں خون متواتر پمپ کرتا رہتا ہے۔ اندازہ لگایا گیا ہے کہ دل پچاس سال کی مدت میں قریب قریب بارہ ہزار ٹن خون پمپ کرتا ہے۔

## دل کی حفاظت ضروری ہے

قدرت نے دل کو سینے کے پتھرے کے اندر پھپھڑوں کی گود میں بڑی حفاظت سے رکھا ہے کیوں کہ اسی پر آدمی کے بدن کی پرورش بلکہ زندگی کا دار و مدار ہے۔ جب بے احتیاطی کی وجہ سے دل کی کل بگڑ جاتی ہے یا بڑھاپے کے سبب دل کمزور ہو کر بیٹھ جاتا ہے تو موت واقع ہو جاتی ہے۔ دل مضبوط اور صحت مند نہ ہو تو سارا بدن کمزور اور بیمار ہو جاتا ہے۔ ہمیں دل کی بڑی حفاظت کرنی چاہیے۔ اچھی غذا اور مناسب ورزش سے دل اور اس کے افعال صحت مند رہتے ہیں۔ آرام طلبی یا غیر صحت مند عادتوں اور بے احتیاطی سے دل کو نقصان پہنچتا ہے۔ خاص کر تمباکو خواہ وہ کسی طرح استعمال کیا جائے دل پر براہ راست زہریلا اثر کرتا ہے۔ خصوصاً بچوں کو تمباکو چھونا بھی نہیں چاہیے۔ اسی طرح شراب اور نشے کی دوسری چیزوں سے جو دماغ اور خون کو زہریلا کر دیتی ہیں، پرہیز ضروری ہے۔

## معالجات قلب

- ☆ امراض قلب متعدد اور مختلف ہیں۔ ان کا علاج مرض اور حالات کے مطابق ہی کیا جاسکتا ہے لیکن اکثر حالات میں جوشاندہ، پودینہ سبز، برگ تنبول، زنجبیل تازہ بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس جوشاندے کے ساتھ اگر خمیرہ ابریشم حکیم ارشد تین گرام صبح و شام دیا جائے تو یہ نسخہ بڑا ہی کارآمد ہوتا ہے۔
- ☆ جب جواہر ایک عدد ہمراہ لعاب گاؤزبان ۶ گرام ابے ہوئے پانی میں۔ یہ نسخہ صبح و شام دینے سے قلب کے عضلات کا ضعف دور ہو جاتا ہے۔
- ☆ شریانوں کی تنگی کا مرض ان دنوں بڑا عام ہے۔ اس کے لیے جگرین ایک عدد ہمراہ جوشاندہ یا خیساندہ آلو بخارا صبح کو اور شام کو لعاب گاؤزبان ۶ گرام ابے ہوئے پانی کے ساتھ۔ شدت مرض کی صورت میں نسخہ دونوں وقت دینا چاہیے
- ☆ خون کے بڑھے ہوئے دباؤ (ہائی بلڈ پریشر) کے لیے قرص فشار ایک عدد ہمراہ جوشاندہ یا خیساندہ آلو بخارا ایک مفید تدبیر ہے۔ تریاق فشار کا اضافہ بھی حسب ضرورت کیا جاسکتا ہے۔



## ہمدرد کا مفرح مشکیں

دل اور دماغ کو تقویت دیتا ہے  
روزمرہ کارکردگی کو بہتر بناتا ہے۔

منتخب اجزاء سے تیار کردہ ہمدرد کا مفرح مشکیں ایک ایسا مقوی دماغ اور مقوی قلب مرکب ہے جو آپ کی دماغی اور قلبی قوتوں کو بحال کر کے ذہنی اور اعصابی تھکاوٹ دور کرتا ہے۔ اس کے باقاعدہ استعمال سے دماغی کام کرنے والوں کی ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے اور حافظہ بہتر ہو جاتا ہے۔ خفقان، مایوسگی اور اختلاف قلب کے مریض بھی اس سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

ہمدرد کا  
مفرح مشکیں  
دماغ و اعصاب کے لیے باعث تسکین



مڈسٹرلٹن کمپنی، تعلیم، سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔  
آپ ہمدرد کا مسند آپ، ہمدرد کے - جو مصنوعات ہمدرد دیتے ہیں - کا علاج ہیں ہمدرد کی  
شہرہ و مصرت کی خبریں سن کر ہمدرد کے ہمدرد کی خبریں سن کر ہمدرد کی خبریں سن کر ہمدرد کی خبریں سن کر

ہمدرد کے شعلی منہ معلومات کے لیے ویب سائٹ ملاحظہ کیجیے:  
[www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

## رفتار افعال قلب میں تنظیم و توازن

خمیرہ ابریشم حکیم ارشد طب مشرق کے باب میں ہمدرد کے اقدامات عصر حاضر کی تحقیق و ریسرچ کے معیار پر ہمدرد ریسرچ لیبارٹریز میں خمیرہ ابریشم حکیم ارشد پر کامل تحقیق کی گئی اور ثابت ہو گیا کہ یہ خمیرہ امراض قلب کے لیے مفید ہے۔ تحقیقات کی رپورٹیں غیر ملکی جرائد طبی میں اشاعت پذیر ہو چکی ہیں۔

خمیرہ ابریشم حکیم ارشد قلب کی حرکات میں تنظیم و توازن پیدا کرتا ہے۔ عضلات قلب کے فتور و نقصان رفع کرتا ہے۔ اختلاج قلب کو رفع کرتا ہے۔ قوت حیوانی، قوت نفسانی اور قوت طبعی کو بڑھاتا ہے۔

### جواہر مہرہ

اعضائے رئیس، دل دماغ اور جگر کو قوت دیتا ہے۔ طب یونانی کی یہ دوا کئی صدیوں سے مشہور و معروف ہے۔ دماغ اور تمام اجزائے دماغیہ۔ مراکز اعصاب کو جواہر مہرہ تقویت بخشتا ہے۔ افعال ذہنیہ کے مراکز کو بیدار کرنے میں نہایت موثر ہے۔ جواہر مہرہ قلب کے لیے خصوصیت رکھتا ہے۔ قلب اور قلب کی کواڑیوں نیز بطون قلب کی متعلقہ عروق و صمومات ہلایہ اور افعال کو درست کر کے قوت حیوانی پیدا کرتا ہے۔ جگر میں تغذیہ کی قوتوں کو بڑھاتا ہے۔ مردارید، یا قوت اور دوسرے پتھروں اور مشک و عنبر کا ایک نفیس اور جوہری مرکب ہے۔ ترکیب استعمال: جواہر مہرہ ایک خوراک خمیرہ گاؤزبان عنبری جوہر دار یا دواء المسک معتدل جواہر دار میں ملا کر کھاتے ہیں۔ بے ہوشی کی حالت یا پیٹے میں جب حرارت غریزی گھٹ رہی ہو، عرق کلاب قسم اعلا میں گھول کر دیتے ہیں۔

مقدار خوراک: بچوں کے لیے ۱۵ ملی گرام یا (آدھا قرص) بڑوں کے لیے ۳۰ ملی گرام (ایک قرص) یا ۶۰ ملی گرام (دو قرص) ایک گرام کی شیشی ۲۰ قرص کی شیشی

### حب جواہر

ان گولیوں میں جواہرات داخل ہیں اور جواہرات کے جو خواص ہیں وہ تمام ان سے حاصل ہوتے ہیں۔ اعضائے رئیس کو قوت حاصل ہوتی ہے۔ مراکز اعصاب اور دماغ کے حسی، حرکتی اور ذہنی رقبات ان کے استعمال سے قوی ہو جاتے ہیں۔ دماغ کے خاکی مادے کے افعال میں ترقی ہوتی ہے۔ اعصاب شریک کے ذریعے



سے تغذیہ و تسمیہ کی قوتوں پر "حب جواہر" نہایت اچھا اثر ڈالتا ہے۔ قلب اور کواڑیوں اور بطون کے افعال کو اعتدال پر لاتا ہے۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی کے ساتھ یا عرق گلاب نمبر ۱، یا عرق عنبر ۶۰ ملی لیٹر کے ساتھ صبح یا صبح و شام کھاتے ہیں

### حمیرہ مروارید

بچے موتیوں کا قیمتی مرکب ہے۔ نہایت عمدہ مفرح ہے۔ مرکز حرارت کو اعتدال پر لاتا ہے۔ دل اور دماغ کو طاقت دیتا ہے۔ دل کی حرکت کے نظام کو درست کر کے خفقان (ہیپٹی نیشن) میں فائدہ دیتا ہے۔ موتی جھره اور چمچک کے بخار میں دل کی قوت اور حرارت غریزی (انیمل ہیٹ) کی حفاظت کرتا ہے۔

ترکیب استعمال: صبح اور شام کو پانی یا کسی مناسب دوا کے ساتھ جیسا معالج ہدایت کرے استعمال کریں۔  
مقدار خوراک: ۶ ماہ سے ۶ سال تک کی عمر والوں کے لیے نصف گرام سے ۲ گرام تک۔ ۶ سے ۱۲ سال تک کے لیے ۲ سے ۳ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کے لیے ۳ گرام سے ۶ گرام تک۔  
۱۰۰ گرام کی پیکنگ ۵۰ گرام کی پیکنگ

### حمیرہ ابریشم سادہ

دل و دماغ اور بصارت کو قوت دیتا ہے۔ خفقان اور مانگو لیا کو رفع کرتا ہے۔  
ترکیب استعمال: ۶ ماہ سے عرق گاؤ زبان ۱۲۰ ملی لیٹر کے ساتھ یا تھما استعمال کریں۔  
۱۰۰ گرام کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔

### کشتہ مروارید

رحم، طبقات رحم اور سح رحم، نیز عورتوں کے خصیتین الرحم کو قوت دیتا ہے اور سیلان الرحم کی تمام اقسام، سیلان فرجی، سیلان مہلی، سیلان رحمی کو دور کرتا ہے۔ کیستہ المنی کے دغدغے کو دور کر کے مردوں کے جریان اور احتلام میں بھی فائدہ دیتا ہے۔ دماغ اور بطون کو قوت دیتا ہے۔ حرارت غریزی (انیمل ہیٹ) کی حفاظت کرتا ہے۔ قوت حیوانی (وائی ٹیلٹی) کو بڑھاتا ہے

ترکیب استعمال: ایک قرص، ۶ گرام مفرح ہمدرد یا خمیرہ گاؤ زبان غبری میں رکھ کر کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی سکتے ہیں۔

## کشتہ زمرہ

الطباع پر اثر انداز ہو کر مرکز ذی بطنی کی اصلاح کر کے کثرت بول اور پیشاب میں شکر آنے کو روکتا ہے۔  
مثانہ کی گرمی کو تسکین دیتا ہے۔ خصیتین، ادعیدہ منی، غدہ مذی کو قوت دے کر سیال مولدہ کے سیلان کو روکتا ہے،  
جگر کو قوی کرتا ہے۔ قلب اور شرائین قلب کے افعال کو درست کر کے قلبی امراض میں فائدہ دیتا ہے  
ترکیب استعمال: ۳۰ سے ۶۰ ملی گرام جوارش زرمونی غبری پینچ نکلاں ۶ گرام یا جوارش زرمونی سادہ ۶ گرام میں رکھ کر کھائیں

## مفرح بارد جواہردار

دل کو قوت دے کر اس کی حرکات کے نظام کو درست کر کے اختلاج کو دور کرتی ہے۔ حرارت کو اعتدال پر لاتی  
اور نہایت تیز اثر کرتی ہے۔ چاندی کے ورق اور سچے موتی اس میں شامل کیے جاتے ہیں۔ جذب نسیم کے عمل  
کو صحیح کر کے دل کو تفریح بخشتی ہے۔ دودھ یا پانی کے ساتھ کھائیں۔  
ترکیب استعمال: ۶ سے ۱۲ سال تک ڈیڑھ گرام سے ڈھائی گرام تک۔ بڑی عمر والوں کے لیے ۶ گرام تک

## مفرح مشکیں

دماغ عام جسمانی طاقت کا محتاج ہے اگر جسم میں طاقت نہیں ہوگی تو دماغ کو بھی غذا نہیں مل سکتی اس لیے دماغ کو  
بہتر بنانے کے لیے ہمدرد دوا خانے کی لاجواب دوا مفرح مشکیں استعمال کیجیے ”مفرح مشکیں“ جسم میں نئی  
زندگی پیدا کر کے دماغ میں برقی رو دوڑاتی ہے، حافظہ کو بہتر بناتی ہے، دماغی کام کرنے کی صلاحیت پیدا کرتی  
ہے۔ معدے میں پہنچنے ہی دماغ اور تمام اعصاب پر اثر کرتی ہے، دوران خون کو درست اور غذا کی خواہش کو  
تیز کرتی ہے۔ تمام دن کا تھکا ہوا دماغ اس کے اثر سے از سر نو تازہ ہو جاتا ہے۔ کمزوروں اور دماغی کام کرنے  
والوں کے لیے لاجواب ہے۔

## مفرح شیخ رئیس

ضعف دل، خفقان سوداوی، وحشت اور عام کمزوری کو دور کرتی ہے۔  
ترکیب استعمال: ۶ گرام یہ مفرح عرق گذر پینچ دیگر ۱۰۰ ملی لیٹر، مصری ۲۵ گرام کے ساتھ استعمال کریں۔  
اعضائے رئیسہ کو قوت دینے کی عجیب چیز ہے۔ معدہ اور ہاضمہ کی اصلاح کرتی ہے۔

## مفرح اعظم مفرح یاقوتی معتدل

حرارت غریزی کی حفاظت کرتی اور اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے۔ ضعف اسہال اور امراض رحم کے لیے بے حد مفید ثابت ہوتی ہے اور ہر قسم کی کمزوری دور کرتی ہے۔ مقوی جگر ہے۔ ترکیب استعمال ۳ گرام سے ۶ گرام تک شربت روح افزا ۵۰ ملی لیٹر میں دودھ کے ساتھ یا تنہا استعمال کریں۔

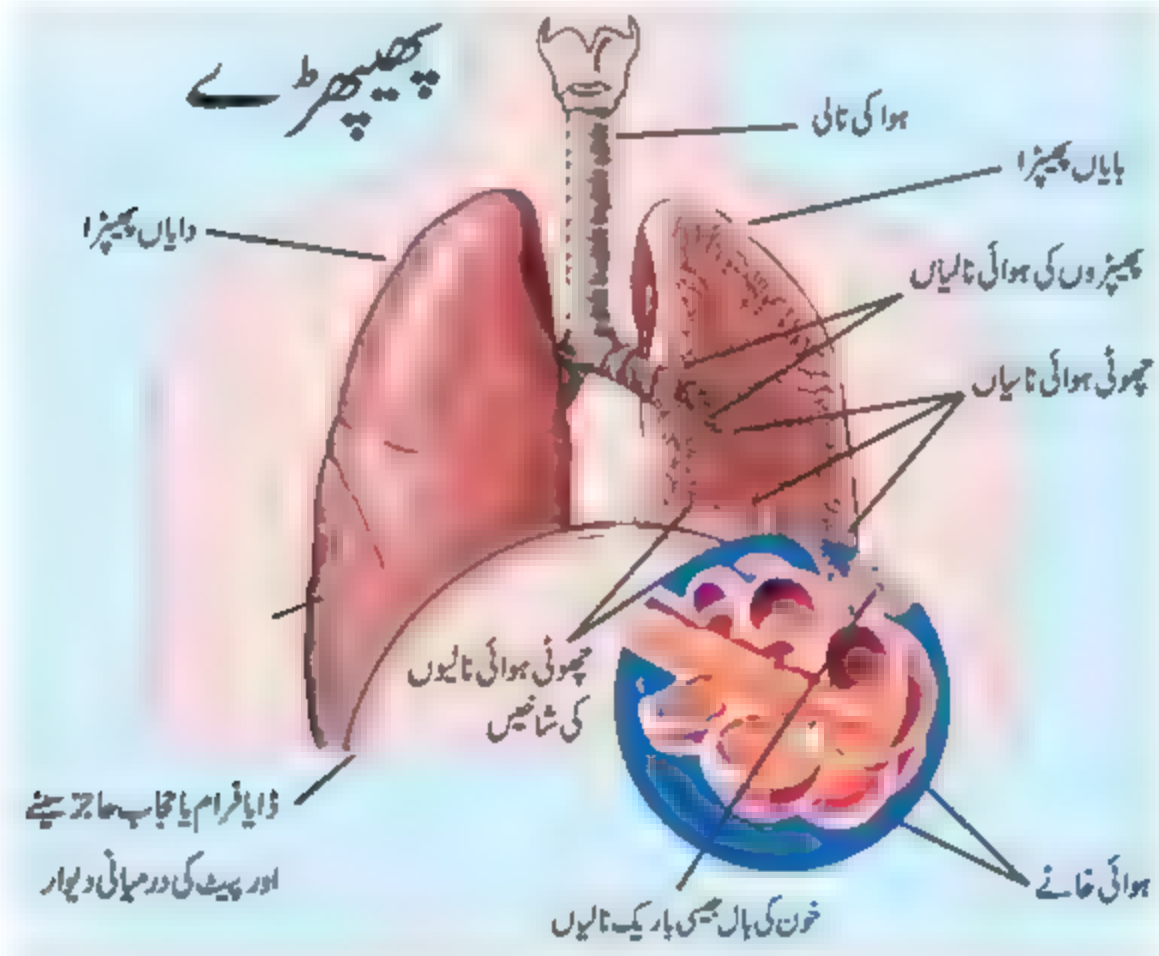
## تریاق فشار

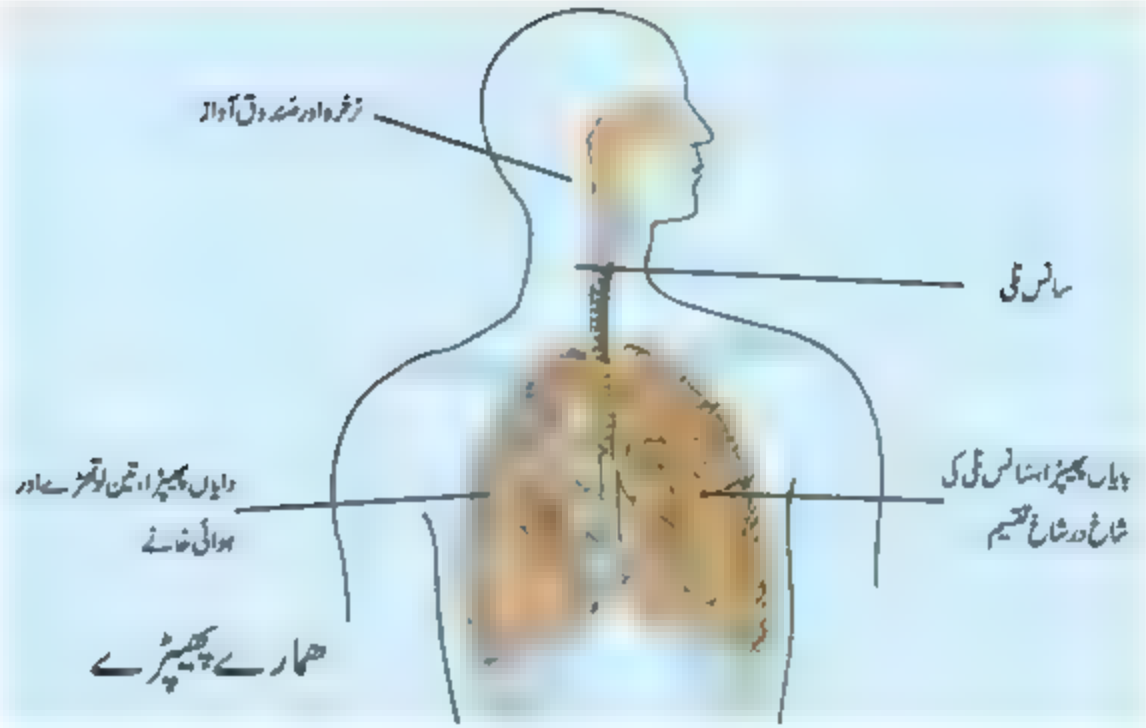
ہائی بلڈ پریشر یعنی خون کا دباؤ بڑھ جانے کا مرض عام ہوتا جا رہا ہے اور صحت عامہ پر بہت اثر ڈال رہا ہے ”تریاق فشار“ اس مرض سے نجات دلانے کے لیے ہمدرد لیباریٹریز میں نہایت اہتمام سے تیار کیا گیا ہے۔ اس سے کلاہ گردہ (سوپرائیٹل) گلینڈ کا فعل معتدل ہو جاتا ہے اور اس کا جو ہر ایڈرسے تالین جو خون میں زیادہ مل کر دباؤ بڑھاتا ہے، ضرورت سے زیادہ مقدار میں خون کے اندر شامل نہیں ہو سکتا۔ تریاق فشار نظام عصبی خصوصاً اعصاب شریکیہ کے افعال کو درست کرتا ہے جس کے ماتحت کلاہ گردہ کے غدود کام کرتے ہیں۔ اس تریاق کا اثر غدہ نخامیہ پر بھی ہوتا ہے جس کے نتیجے میں ایک حصے کی رطوبت خون کے دباؤ کو بڑھا دیتی ہے۔ خون کی رگوں میں اس سے لچک پیدا ہوتی ہے اور وہ موٹی نہیں ہونے پاتیں۔ خاص بات یہ ہے کہ خون کا دباؤ ایک دم کم نہیں ہو جاتا اور نہ یہ قلب کو کمزور کرتی ہے بلکہ طاقت دیتی ہے۔

GARLINA MATTER  
REQUIRED

# ہمارے پھیپھڑے

ہمارے سینے کے صندوق میں پسلیوں کے نیچے دو پھیپھڑے ہیں۔ جن پر ایک مہین چکنی جھلی کا غلاف چڑھا ہوا ہوتا ہے۔ یہ جھلی پھیپھڑوں پر سے ہو کر پسلیوں کے نیچے ایک استر کے طور پر پھیل جاتی ہے۔ اس استر اور پھیپھڑے پر کی جھلی کے درمیان کچھ چکناہٹ رہتی ہے، جس سے پھیپھڑا آسانی سے پھیل کر سانس کی حرکت کر سکتا ہے۔ پھیپھڑوں کی شکل گاجر جیسی ہوتی ہے نوک اوپر کی طرف اور پینڈا چوڑا جو صندوق سینے میں نیچے ایک مہراب دار موٹے پردے (ڈایافراگم یا حجاب جز) پر رکھا ہوا ہوتا ہے۔ یہی پردہ سینے کو پیٹ سے جدا کرتا ہے





### پہپہڑوں کی بناوٹ

ہماری سانس کی ٹی (جو ۱۹ یا ۱۲۰ دھورے چھلوں سے بنتی ہے، قریب ۵-۱۰ انچ لمبی ہے اور غذا کی ٹی کے سامنے ہوتی ہے) گردن میں سے ہوتی ہوئی سینے کے اندر جا کر دو شاخوں میں تقسیم ہو جاتی ہے۔۔۔ ایک شاخ دائیں پیپہڑے میں، دوسری بائیں پیپہڑے میں چلی جاتی ہے۔ پھر پیپہڑوں کے اندر یہ دونوں شاخیں بار بار تقسیم ہو کر ہر شاخ کے پیپہڑے کے ایک کچے یا خانے میں کھلتی ہیں دائیں پیپہڑے کے تین حصے یا لوتھڑے اور بائیں پیپہڑے کے دو لوتھڑے ہوتے ہیں۔ پیپہڑے ہلکے یا اسفنج کی طرح مسام دار ہوتے ہیں۔ ان خانوں میں ہوا بھری ہوئی ہوتی ہے۔ دبانے سے ان کے اندر کی ہوا خارج ہونے سے کرکراہٹ کی آواز پیدا ہوتی ہے۔ اس طرح پیپہڑے ہوا بھری ہوئی چھوٹی چھوٹی تھیلیوں کا مجموعہ ہیں، جو انگور کے کچھوں کی طرح ہوتی ہیں (ہر کچے میں سانس ٹی کی ایک شاخ سے ہوا آ کر اسے پھیلائے رکھتی ہے) سانس آنے جانے سے یہ کچے یا خانے پھولتے سکڑتے رہتے ہیں۔

### پہپہڑوں کا کام

پیپہڑے ہمارے بدن میں دھونکی کی طرح سکڑتے پھلتے رہتے ہیں۔ سانس کا یہ آنا جانا پورے سینے کے بار بار سکڑنے اور پھیلنے کا نتیجہ ہے۔ سانس اندر لینے کے بعد خفیف سا وقفہ ہوتا ہے۔ پھر سانس باہر نکلتا ہے اس طرح ہم ایک منٹ میں سولہ سترہ بار سانس لیتے اور نکالتے رہتے ہیں یوں بدن کی دھونکی عمر بھر چلتی رہتی ہے۔



سانس اندر لینے پر پیچھڑوں کے خانے ہوا سے پھول جاتے ہیں۔ اس ہوا میں ۵/۱ حصہ اوسکسیجن کا ہوتا ہے خانوں کی دیواروں میں مہین جھی پر خون کی رگیں بال جیسی باریک ہوتی ہیں یہ رگیں اوسکسیجن کو خون میں جذب کر لیتی ہیں اور خون کے اندر کی ناپاکیاں (کاربونک گیس بھپ وغیرہ) باہر خانوں کے اندر نکال دیتی ہیں، جو سانس باہر نکلنے کے ساتھ بدن سے خارج بھی ہو جاتی ہیں۔ سانس کا خاص مقصد یہی ہے کہ خون کی گندگی باہر نکال کر خون کو صاف کر دیا جائے اور بدن میں اوسکسیجن پہنچی جائے، جو بدن کی بافتوں اور غذائی اجزاء کو جلانے (تکسید کرنے) کے لیے ضروری ہے۔ اسی تکسید سے بدن کو حرارت اور توانائی حاصل ہوتی ہے، جس سے زندگی کا چراغ روشن رہتا ہے۔ اگر سانس کا آنا جانا رک جائے تو آدمی کی زندگی محال ہے

### تنفس کی رفتار کی شرح

عمر	۲ سال تک	۱۲ سال سے
۲۵	۲۳	۱۸
۲۳	۱۳ سال تک	۱۲ سال سے
۲۰	۱۵ سال تک	۱۵ سال سے
۱۸	۱۶ سال تک	۱۸ سال سے

### ناک اور گلے میں خراش۔ نزلہ، زکام اور کھانسی!

فوری توجہ دیجیے  
بر وقت سعالین لیجیے  
اگر گلے یا ناک میں خراش محسوس ہو تو استعمال کرتے سعالین کی دو ٹیبلوں پوری چوس لیجیے۔  
زکام، زکام اور کھانسی کی شہوت میں سعالین کا علاج سے استعمال کیجیے۔  
ان تکالیف کو جلد سے ناپاک ملاتا ہے۔



## معالجات

نظام تنفس کے امراض: امراض صدر کے لیے ہمدرد نے ایک اہم دوا ”تلسین“ مرتب کی ہے، تلسین نہ صرف یہ کہ پھیپھڑوں کے ورم کو دور کرتی ہے بلکہ کھانسی اور بخار کے لیے ایک بہترین نباتی دوا ہے۔ تلسین کے اجزاء باغ نباتات ہمدرد میں اگائے جا رہے ہیں اور باغ ہمدرد سے یہ ایک شافی امراض صدر دوا ہے

## تلسین

نباتی ادویہ کے افعال و خواص کا علم صدیوں سے ہے اور جن کے بارے میں طب کے مائے ناز اساتذہ فن نے اپنی معلومات کو مدون کیا ہے۔ مشاہدات و تجربات سے ان معلومات کا جدید سائنسی شکل انداز پر مطالعہ نیز دور حاضر کے وسائل سے کام لیتے ہوئے ان پر تحقیق کا کام ہمدرد کے بنیادی مقاصد میں شامل ہے۔

تلسین پھیپھڑوں کی نالیوں، پھیپھڑوں اور تنفسی راستوں کے امراض اور عوارض مثلاً نظام تنفس کی سطحی جھلیوں کی خراش، کھانسی، ورم شعب، نمونیا، حلق کی سوزش اور آواز بیٹھ جانے کی صورت میں تیزی سے اثر کر کے تمام تکلیف دہ عوارض کو دور کرتی ہے۔ نظام تنفس کے جراثیمی امراض خاص کر کالی کھانسی میں مفید ہے۔ اس کے استعمال سے تنفسی نالیوں کے ورم اور سوزش میں کمی آتی ہے۔ مسکن اور دافع بخار ہے۔ نزلہ زکام اور انفلوئنزا میں بھی اسے حسب ہدایت معالج تنہا یا دیگر مناسب دواؤں کے ساتھ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

تلسی پر جدید و قدیم لٹریچر کے غائر مطالعے اور تحقیقات کے بعد ہمدرد لیباریٹریز نے اس معروف دوا کو ایسی شکل دینے میں کامیابی حاصل کر لی ہے کہ اس کی افادیت یقینی ہو گئی ہے اور اس کا استعمال بہت آسان ہو گیا ہے۔ ہاں ہمہ اس دوا کے نہایت موثر و لطیف اجزاء میں اور ان کی افادیت میں اضافہ ہو گیا ہے۔ تلسین اپنے اثرات کی بنا پر بیشتر امراض صدر مثلاً نزلہ، زکام، کھانسی، انفلوئنزا، ذات الجنب، ذات الریہ میں ایک انتہائی مفید اور بے ضرر دوا ہے۔

اس کے علاوہ ”تلسین“ میں ایسے اجزاء قدرتی طور پر شامل ہیں جو جگر اور معدے کے افعال کی اصلاح کرتے ہیں۔ اس لیے بخار کی حالت میں خواہ کسی بھی سبب سے کیوں نہ ہو اس کے استعمال سے ہضم اور اخراج فضلات کا نظام درست رہتا ہے اور بخار کی وجہ سے ہونے والی بے چینی پیدا کرنے والے عوارض دور ہو جاتے ہیں۔

۵ گرام پر مشتمل ایک خوراک کو پانی میں اچھی طرح جوش دے کر چھان کر مرہض کو پینے کی ہدایت کی جائے۔

## حفظِ ماتقدم

در سیر کی ایک اہم خصوصیت یہ ہے کہ یہ مانعِ تعفن (انٹی سپک) اور قاتلِ جراثیم ہے۔ اس لیے بعد غذا ہر روز ایک در سیر کھانے سے امراض کا حملہ نہیں ہوتا۔ سردیوں میں کہ جب نزلہ زکام کھانسی، سینے کے درد اور نمونیہ کا خطرہ رہتا ہے، بہار میں جب فسادِ خون کا اندیشہ ہوتا ہے، گرمیوں میں جب وباؤں اور ناتوانی کا سامنا رہتا ہے روز بعد غذا اور سیر ایک ایک عدد کھانا تمام خطرات سے محفوظ رکھتا ہے۔

## ایک غذا

در سیر کو ایک صحت بخش اور طاقت بخش غذا کی حیثیت حاصل ہے، اس لیے ناتوانی، اضطراب و نقاہت اور ایسی صورتوں میں کہ جسمانی مشقت کی وجہ سے جسمانی قوی کمزور ہو رہے ہوں، در سیر کا استعمال بہت اہمیت رکھتا ہے۔ ناشتے کے بعد اور دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد در سیر ایک عدد کھانے سے نہ صرف توانائی آ جاتی ہے بلکہ جسم میں جستی بھی آ جاتی ہے اور ہر قسم کی تحلیل دور ہو جاتی ہے۔

## نزلہ و زکام

نزلہ و زکام کی حالت میں در سیر صبح و شام دو، عدد گرم پانی کے ساتھ کھائیے۔

## امراض صدر

کھانسی، سینے کے درد (برنکائٹس) اور نمونیا میں کھانے سے قبل ایک در سیر استعمال کرنی چاہیے۔ دق و سل میں ایک قاتلِ جراثیم دق و سل کی حیثیت سے اور ایک طاقت بخش غذائے دوائی کے در سیر کا استعمال بے حد نفع بخش ہوتا ہے۔ دق و سل میں در سیر کی کم از کم دو گلیاں روزانہ کھانا چاہئیں۔

## امراض شکم

در سیر کو ایک تریاق کی حیثیت حاصل ہے۔ اس لیے معدہ اور آنتوں کی بہت سی تکلیفوں کے لیے اس کو مفید پایا گیا ہے۔ در سیر قاتلِ کرم شکم بھی ہے۔ کھانے کے بعد ایک در سیر کھانی چاہیے۔ در سیر معدہ کی تیزابیت کو بھی رفع کرتی ہے۔ کھانے سے آدھے گھنٹے قبل ایک در سیر کھانی چاہیے۔

## بلند فشار خون

در سیر کا ایک فائدہ یہ ہے کہ یہ خون کی رگوں (شریانوں) میں سختی پیدا ہونے کی کیفیت کو روکتی ہے، اسی لیے بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) کے مریضوں کے لیے در سیر ایک نعمت ہے۔ بلند فشار خون کے مریضوں کو روزانہ چار در سیر (صبح۔ دوپہر، سہ پہر، شب) استعمال کرنی چاہیے۔

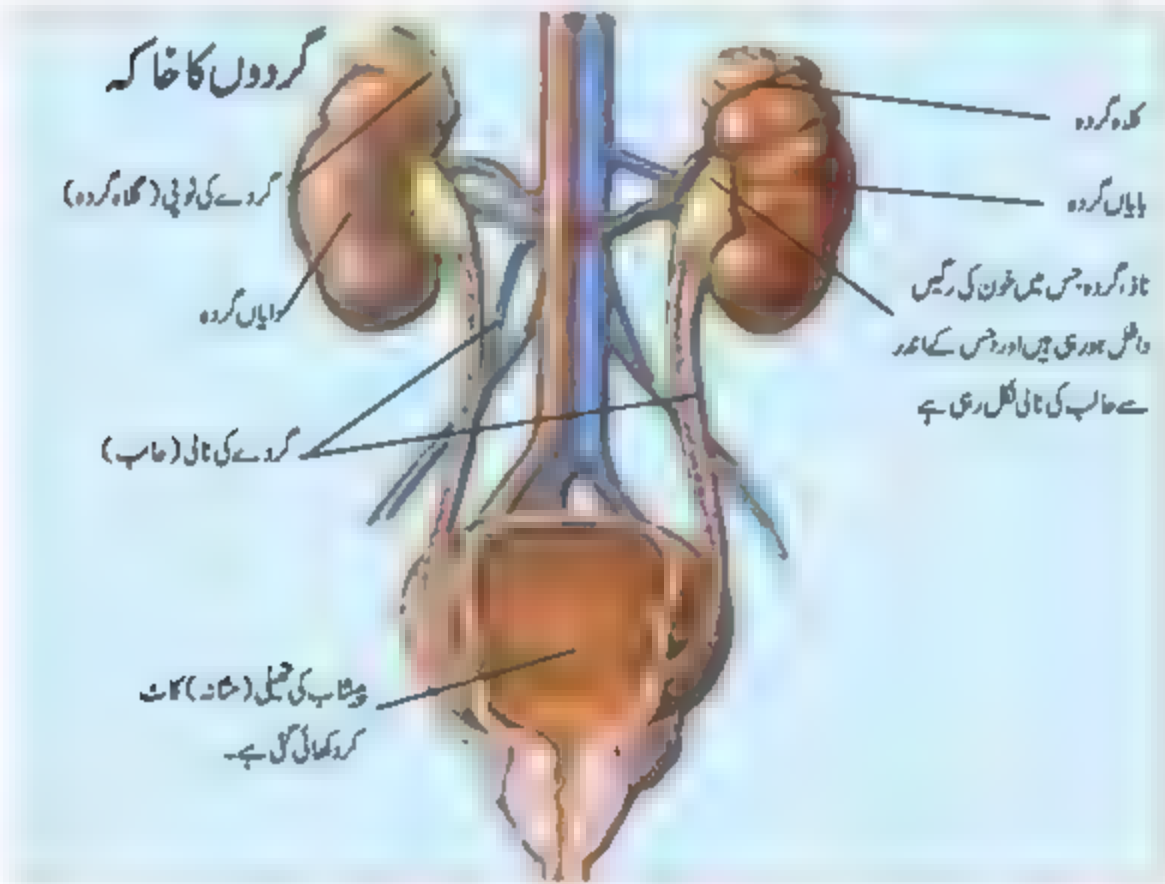
بدن کی چھلنیاں

Diagram illustrating the human urinary system (Urinary System) with labels in Urdu and English:

- کمرے میں غسل ہونے کی ضرورت** (Need for washing in the room)
- بائیں دائیں گھڑی ترش** (Left and right kidney)
- کمرے سے نکلنے والی نالی** (Pipe coming out of the room)
- نالی** (Pipe)
- نالی کا اصل محل قرار** (Actual place of the pipe)
- نالی سے شے نکلتی ہے** (Something comes out of the pipe)
- پیشاب سے پانی نکل** (Water comes out of the urine)
- نالی سے پانی نکل** (Water comes out of the pipe)
- URETERS**
- ہمارے گردے** (Our kidneys)

## گردوں کا کام

گردوں کا خاص کام یہ ہے کہ بدن کا گندا پانی خون کے اندر سے کھینچ کر باہر نکال دیتے ہیں۔ اس گندے پانی کے اندر بدن کے کئی مخصوص فضلات گھلے ہوئے ہوتے ہیں جن میں دو خاص یوریا اور یورک ایسڈ ہیں (اگر یورک ایسڈ خارج نہ ہو اور بدن میں جمع ہو جائے تو اس سے جوڑوں کی وہ مشہور بیماری پیدا ہو جاتی ہے جس کو ”گھٹیا“ کہتے ہیں)۔



کام کرنے کے بعد بدن کی بافتوں کی ٹوٹ پھوٹ سے اور غذا میں پروٹین (نائیٹروجنی مرکبات یا لحمیات) استعمال کرنے کے بعد بدن میں نائیٹروجن کے بے کار مادے (نائیٹروجنی فضلات) پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ ان میں سے یوریا نمبر ۱ اور یورک ایسڈ نمبر ۲، دو خاص فضلات ہیں۔ یہ سب فضلات بدن سے باہر نکل جانے چاہئیں کیونکہ یہ بے کار ہیں اور بعض حالتوں میں زہر ہو جاتے ہیں۔ گردوں کا بڑا بھاری کام یہ ہے کہ وہ نہ صرف بدن کے نائیٹروجنی فضلات کو باہر نکال دیتے ہیں بلکہ اسی کے ساتھ وہ بدن کا بہت سا گندا اور بیکار پانی بھی خارج کر دیتے ہیں لیکن یہ نہیں سمجھنا چاہیے کہ گردوں کی ہفت محض ایک بے جان میکانی چھلنی کی طرح کام کرتی ہے۔ دراصل یہ عجیب و غریب بات ہے کہ گردوں کی بناوٹ کے خلیے نہایت تمیزداری



اور ہوشیاری سے اچھی اور بری چیز کو پہچان کر خون کے اندر سے صرف نقصان پہنچانے والے بے کار مادوں کو باہر کھینچ لیتے ہیں اور مفید اور قیمتی پروٹینوں کو عموماً خون کے اندر ہی باقی رہنے دیتے ہیں مگر جب بیماری کی وجہ سے گردے یہ انتہائی عمل نہیں کر سکتے تو پیشاب میں الہیومن بھی خارج ہونے لگتا ہے جو اندے کے سپیدی کی طرح ایک پروٹینی مادہ ہے لیکن مجموعی طور پر گردے زیادہ تر چھاننے اور نہارنے کا (فلٹر کرنے کا) عمل ہی کرتے ہیں۔ خون کی یہ چھانکی اور صفائی تن درستی کے لئے ضروری ہے ورنہ بہت سی بیکار چیزیں (مثلاً خون کے پرانے فرسودہ سرخ دانوں کا رنگین مادہ وغیرہ) خون کے اندر باقی رہ کر خرابی پیدا کر دیں گی۔

ہمارے بدن سے ۲۴ گھنٹے میں ۵۰ سے ۱۶۰ انس پیشاب خارج ہوتا ہے۔ یہ ہمارے پیئے ہوئے پانی اور غذا کے اندر سے نکلے ہوئے پانی دونوں سے حاصل ہوتا ہے۔ کھانا کھاتے وقت زیادہ پانی نہیں پینا چاہئے کیونکہ اس سے معدہ کا باضم رس ہلکا پڑ جاتا ہے البتہ درمیانی اوقات میں زیادہ پانی پینا چاہئے تاکہ گردے خوب دھل جائیں۔ ہمیں گردوں کی حفاظت کرنی چاہیے۔ انہیں سردی سے بچانا چاہیے اور زیادہ تیز گرم سالوں اور زیادہ کھالینے سے پرہیز کرنا چاہیے۔ شراب بھی استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ جاڑوں میں ورزش کافی کرنی چاہیے تاکہ پسینہ آ کر بدن کا پانی خارج ہو جائے اور گردوں پر کام کا زیادہ بار نہ پڑنے پائے۔

## معالجات

ورم گردہ (نفرائس) کی اکثر صورتوں میں استعمال کے لیے ہمدرد کی مجلس تحقیق و تجربات نے باغ نباتات ہمدرد سے ایک مفید دوا ”گردین“ مرتب کی ہے۔ ترکیب استعمال یہ ہے کہ ایک پڑیا دوا آدھے گلاس پانی میں جوش دے کر چھان کر لی جاتی ہے۔ ایک خوراک صبح ایک شام۔ اطباء امراض گردہ کا مطالعہ فرمائیں اور حالات کے مطابق ”گردین“ کا استعمال یقیناً وطمینان کے ساتھ مریضوں کو کرائیں۔

## جوارش زرعونی سادہ

آلات تناسل (ری پروڈکٹو آرگنز) کو قوی کر کے قوت باہ کو بڑھاتی ہے۔ خصبیوں کے طبقات بیضہ (ٹیونکایو جینا) خصبیوں کے چھوٹے لوتھڑوں (لایوٹز) انابیب المنی (ٹیویولائی سمینفرائی) میں مادہ تولید پیدا کرنے کی صلاحیت کو بڑھاتی ہے۔ گردوں اور جگر کو طاقت دیتی ہے۔ گاجر اور شلجم کے بیج اس جوارش کے خاص اجزاء ہیں جن کو زعفران کی آمیزش سے قوی کر دیا گیا ہے۔

ترکیب استعمال: جوارش زرعونی صبح یا رات کو سوتے وقت پانی کے ساتھ یا ایسے ہی کھانی چاہئے۔ مقدار خوراک: جوان آدمیوں کے لیے ۶ گرام بعض حالات میں ۱۲ گرام تک لے سکتے ہیں۔

**جوارش زرعوئی عنبری بہ نسخہ کلاں**  
 گردہ مثانہ، جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے۔ پشت کو مضبوط کرتی ہے۔ بلغمی و سوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب، درد سر، بلغمی کھانسی اور نفرس وغیرہ کے لیے نہایت مفید ثابت ہوئی ہے۔ ریح کو دور کرتی ہے۔ مادہ تولید کو بڑھاتی ہے اور باہ کو قوت دیتی ہے اور بالوں کی سیاہی قائم رکھتی ہے۔  
 ترکیب استعمال: آلات تولید اور گردہ مثانہ کو قوت دینے کے واسطے ۶ گرام یہ جوارش کشتہ فولاد ۳۰۰ ملی گرام کے ساتھ استعمال کریں۔ اگر گردے کے ضعف سے ریگ آتی ہو یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ گرام۔ کشتہ زمرد ۳۰۰ ملی گرام عرق اتناس۔ ۱۰۰ ملی لیٹر شربت بزوری ۳۵ ملی لیٹر کے ساتھ استعمال کریں۔  
 نوٹ: اس جوارش کو کشتہ فولاد یا زمرہ کے ساتھ یا صرف جوارش بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

## گردے اور مثانے کی کمزوری کا نشانی علاج



معیاری اجزاء سے تیار کردہ ہمدردی جوارش زرعوئی عنبری بہ نسخہ کلاں گردے اور مثانے کی کمزوری کو دور کر کے انہیں صحت مند رکھتی ہے۔ جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے اور قوت باہ میں اضافہ کرتی ہے۔ پیشاب کی زیادتی کو کم کر کے معمول کی سطح پر لاتی ہے اور ذیابیطس کے کنٹرول میں مدد دیتی ہے۔ یہ درد سر، بلغمی کھانسی اور نفرس کے لیے بھی مفید ہے۔

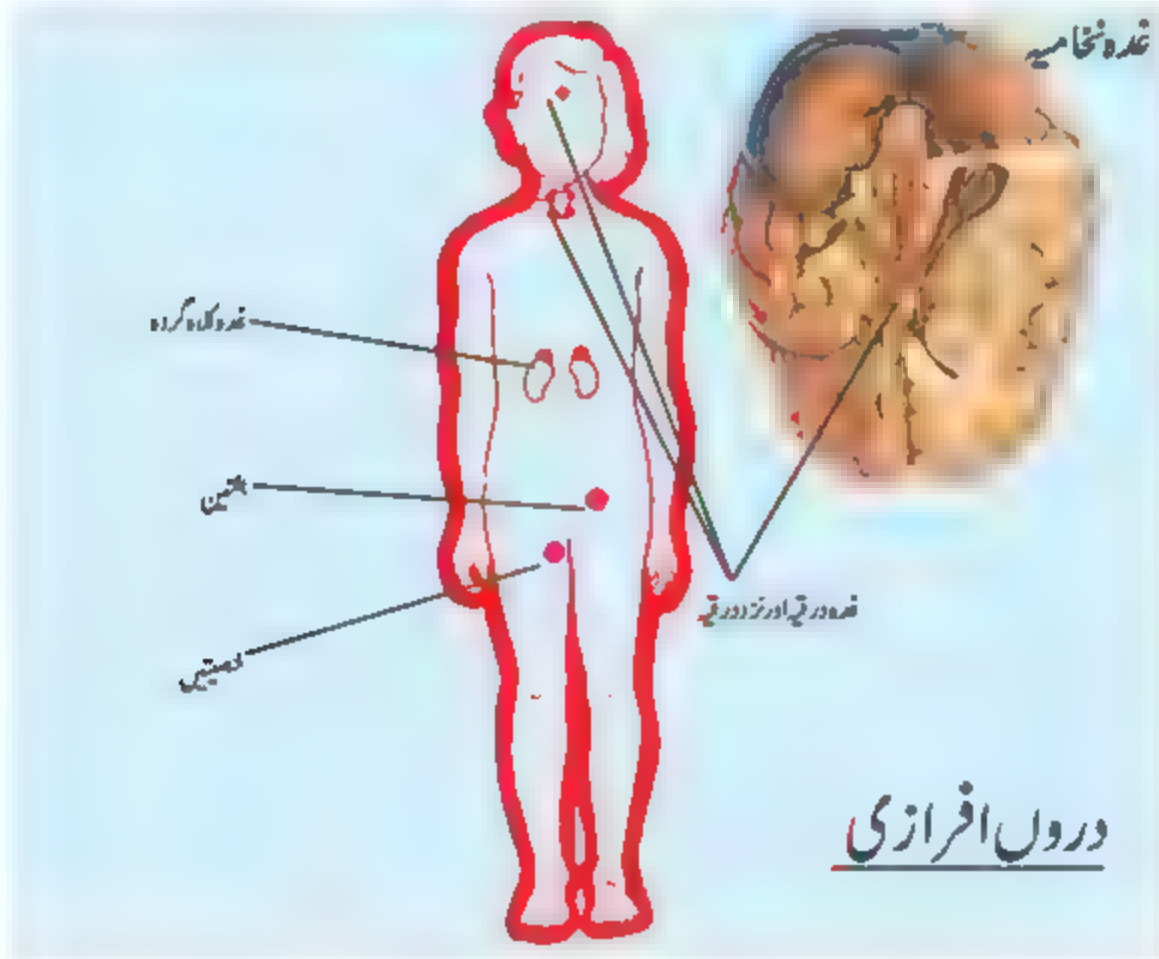


# دروں افرازی یا غیرقناتی غدہ کا نظام

ہمارے بدن کی بہت سی گلیاں نالی دار ہوتی ہیں جن کا رس نالیوں کی راہ سے مخصوص اعضا میں پہنچ کر کارآمد ہوتا ہے مثلاً لعاب دہن یعنی تھوک کی گلیوں کا رس ان نالیوں کے ذریعے منہ میں آجاتا ہے یا جگر کی نالی سے صفرا نکل کر پتے میں جمع ہوتا ہے

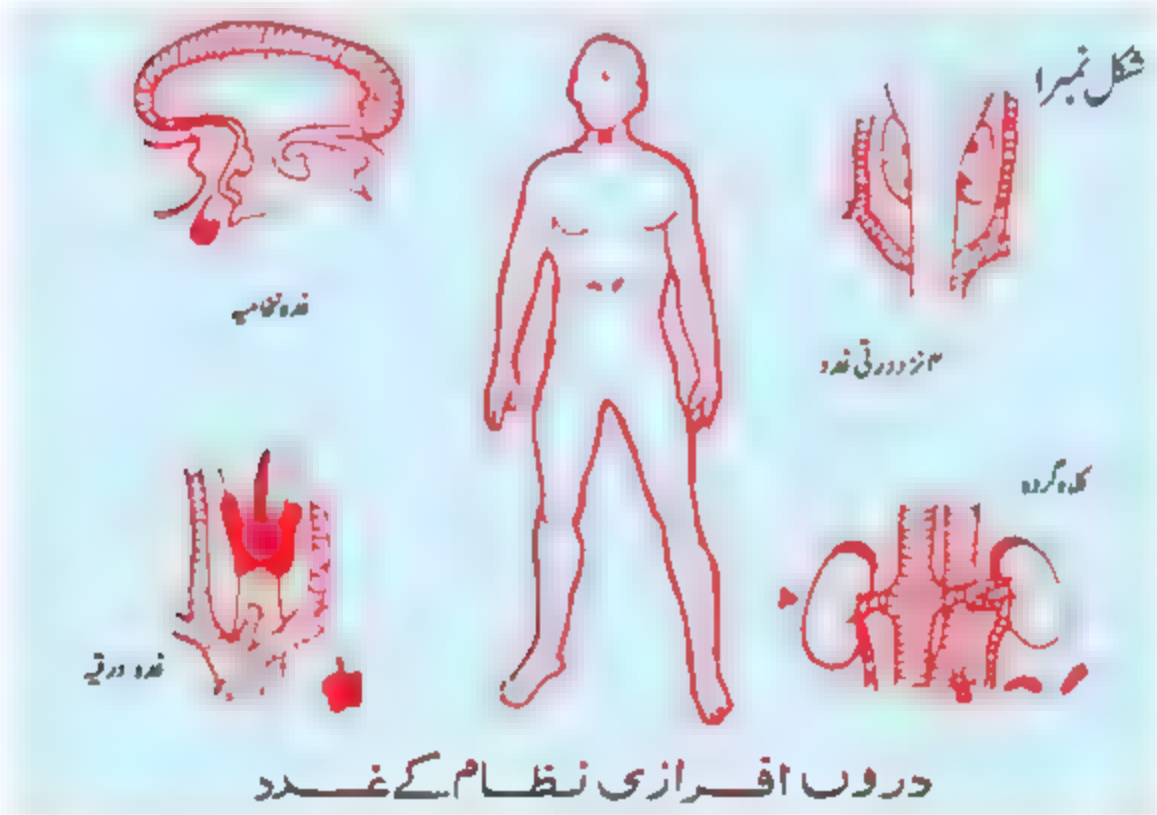
## دروں افرازی غدہ

لیکن ہمارے بدن میں چند گلیاں ایسی بھی ہیں جن میں کوئی نالی نہیں ہوتی بلکہ ان کا رس (افراز) راست خون میں جذب ہو جاتا ہے اسی واسطے ان بے نالی گلیوں کو غیرقناتی یا دروں افرازی غدہ کے نام سے یاد کیا جاتا ہے



## ہارمون سیل

ان بے نالی گلیوں کے رس میں مخصوص کیمیائی نوعی اشیاء موجود ہوتی ہیں جن کو ہارمون (پیغامبر یا رسل) کہتے ہیں کیونکہ یہی اشیاء خاص خاص تحریکات پہنچا کر اعضاء بدن میں قوی اثرات پیدا کر دیتی ہیں۔ یہ گلیاں ہم آہنگی کے ساتھ کام کرتی ہیں۔ ایک گلی کا فعل دوسری گلیوں کے فعل پر اثر انداز ہوتا ہے اس طرح ان کا ایک باقاعدہ نظام ہے جس سے تندرستی، طاقت و توانائی قائم رہتی اور جسمانی و ذہنی اور دماغی نشوونما میں ترقی ہوتی ہے۔ اگر ایک بے نالی گلی کا فعل کسی وجہ سے بدل جائے تو اس سلسلے کی دوسری گلیوں کے افعال پر بھی برا اثر پڑتا ہے۔



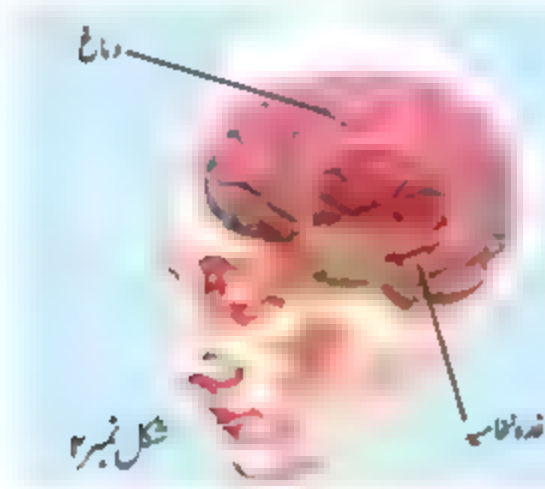
## دروں افرازی نظام کے غدد

(الف) دروں افرازی نظام میں، حسب ذیل غیر قاتی غدد شامل ہیں۔ کھوپڑی کے اندر پچوٹری (نخاعہ) اور پائیل (صویری)۔ گردن میں تھائرائیڈ (درقہ) اور پراٹھرائیڈ سینے میں، تھائمس (توشہ) پیٹ کے اندر طحال (تلی) اور ایڈری نلز (کلاہ گردہ)

(ب) بعض نالی دار گلیاں بھی دروں افراز پیدا کرتی ہیں جو راست خون کے اندر جذب ہو جاتا ہے۔ (گلی کے اندر بعض خاص خیمات یہ دروں افراز پیدا کرتے ہیں، جو راست خون میں جذب ہو جاتا ہے اور بروں افراز جو دوسرے خیمات سے پیدا ہوتا ہے، حسب معمول نالی کی راہ سے باہر نکل جاتا ہے) اسکی دہری گلیاں لبلبہ اور خیمے (نر میں) خیمے (مادہ میں) ہیں۔ (شکل نمبر ۱)

## غده نخامیہ

غده نخامیہ یا نخامی سرخی مائل خاکی رنگ کی بیضوی شکل کی ایک چھوٹی سی (بڑے پنے برابر) گلی ہے جو دماغ کے پینڈے میں ایک ہڈی دار خانے میں قیام رکھتی ہے (شکل نمبر ۲) غده نخامیہ کے دو ممتاز حصے ہوتے ہیں۔ اگلا حصہ جس سے متعدد ہارمون پیدا ہوتے ہیں، بقائے حیات اور جسمانی نشوونما کے لیے نہایت ضروری ہے۔ اس کے ہارمون جسم کی بڑھوتری اور اعضائے تناسل کے نمو کو ترقی دیتے اور جسم کے اندر کاربوہائیڈریٹ اجزا



کو جلانے میں مدد دیتے ہیں۔ اگلے حصے سے اب تک ۶ ہارمون نکالے گئے ہیں جن میں سے ۵ ہارمون کلاہ گرودہ درقہ اور جنسی غددوں (GONADS) (مولدات) کی بالیدگی تغذیہ اور افعال کو صحیح حالت کارکردگی میں قائم رکھتے ہیں (اسی واسطے ان کو "ٹروٹک ہارمونز" یعنی صحت مند حالت برقرار رکھنے والے ہارمونز کا نام دیا گیا ہے) یہ پانچ ہارمون یہ ہیں۔

(۱) (ATCH) جو کلاہ گرودہ کے قشری حصے کی فعلیت پر اقتدار رکھتا ہے۔

(۲) تھائر وٹروٹین جو درقہ کے فعل پر اقتدار رکھتا ہے۔

(۳، ۴، ۵) تین ہارمون جو جنسی غددوں کی فعلیت کی تنظیم کرتے ہیں ان کو "گوئیڈ وٹروٹینز" کہتے ہیں چھٹا ہارمون جو جسم کی طبعی بڑھوتری اور نشوونما کے لیے ضروری ہے اور تمام جسمانی اعضا پر اثر انداز ہوتا ہے اسے "ہارمون بالیدگی" کہتے ہیں۔ اگر کسی بالغ انسان میں یہ ہارمون بالیدگی غیر معمولی طور پر زیادہ پیدا ہو جائے تو اس کے جسم کی ہڈیاں بالخصوص ہاتھ پاؤں (جوارح) اور چہرے کی ہڈیاں بھدے طور پر بڑھ جاتی ہیں اور نرم ہاتھ پاؤں (ہاتھ پاؤں اور چہرے کی ساختوں) کی بڑھوتری بھی بہت زیادہ ہو جاتی ہے جس سے انسان کا جسم بالکل بھدا اور کریمہ نظر آتا ہے۔ بالفوں کی ایسی زیادہ اور بے قاعدہ بالیدگی جسم ایک مرضی حالت ہے جسے "ایکرومی گلی" (ACROMEGALY) (ہاتھ پاؤں کا بڑا اور موٹا ہو جانا) کہتے ہیں۔ اگر بچپن میں یہ ہارمون بالیدگی غیر معمولی زیادتی کے ساتھ پیدا ہوتا رہے تو سبچے کے بدن کے تمام حصے باقاعدگی اور یکسانیت کے ساتھ بے حد بڑھ کر اس کا قد و قامت "دیو پیکر" ہو جاتا ہے۔ اس مرضی حالت کو "جائینٹزم" یا عفریت



کہتے ہیں۔ حیوانی تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ اگر غدہ نخاعیہ کے اگلے حصے کو کاٹ کر نکال دیا جائے تو جانور چند روز میں مر جاتا ہے لیکن اگر صرف پچھلے حصے کو نکال دیا جائے تو جانور زندہ رہتا ہے۔ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ اگلا حصہ بقائے حیات کے لیے نہایت اہم اور ضروری ہے۔

(۲) پچھلا حصہ تشریح اور افعال کے لحاظ سے اگلے حصے سے بالکل مختلف ہوتا ہے۔ اس پچھلے حصے سے ایک ایسی چیز پیدا ہوتی ہے جو پیشاب کی مقدار کو منظم رکھتی ہے (تجربات سے اندازہ کیا گیا ہے کہ پیشاب کی مقدار کو منظم رکھنے والی اس چیز کا افراز دماغ کے بعض خاص رقبوں کے زیر اقتدار ہوتا ہے) پھیکی ذیابیطس (DIABETES INSIPIDUS) میں مریض کو بہت زیادہ پیاس لگتی ہے وہ بہت زیادہ پانی پیتا ہے پھر بھی اس کی پیاس نہیں بجھتی اور پیشاب بھی بہت آتا ہے (لیکن ذیابیطس یا میٹھی ذیابیطس کے برعکس اس کے پیشاب میں شکر خارج نہیں ہوتی۔ پھیکی ذیابیطس غیر شکر کی ہوتی ہے۔ اسے یاد رکھنا چاہیے) جب پھیکی ذیابیطس کے مریضوں کے غدہ نخاعیہ کا امتحان کیا گیا تو پچھلا حصہ ناقص یا کم و بیش تباہ شدہ پایا گیا۔ بعض دوسری حالتوں میں دماغ کے ممتاز و جداگانہ رقبے جو نخاعیہ کے پچھلے حصے سے متصل تھے ان میں معزرت یا خرابی پائی گئی۔ جب پھیکی ذیابیطس کے مریضوں کو نخاعیہ کے پچھلے حصے کا خلاصہ (پچکاری کے ذریعے سے) دیا گیا تو ان کی تمام مرضی علامات میں فوری تخفیف پائی گئی۔ پیاس کی شدت کم ہو گئی، پیشاب کم آنے لگا۔ اس کے برعکس جب تجرباتی چوہوں میں نخاعیہ کے پچھلے حصے کو کاٹ کر نکال دیا گیا تو ان چوہوں میں پھیکی ذیابیطس کی علامات پیدا ہو گئیں۔ اسی طرح جب چوہوں کے بعض متعدد دماغی رقبے تباہ کر دیئے گئے تو ان میں بھی پھیکی ذیابیطس پیدا ہو گئی (اس سے یہ ثابت ہو گیا کہ پیشاب کی مقدار کو منظم رکھنے والی شے کا افراز جو پچھلے حصے سے ہوتا ہے، وہ انہیں دماغی رقبوں کے زیر اقتدار ہے) مزید برآں غدہ نخاعیہ کے پچھلے حصے کے خلاصے میں دو اور اہم اجزاء کیمیائی مرکبات موجود ہوتے ہیں ایک پٹرےسین (PETRESSIN) جو پھیکی ذیابیطس کی علامت کو دور کرنے میں نہایت قوی اثر رکھتی ہے۔ دوسرا مرکب پیٹوسین (PITOSIN) جو رحم کو سکڑتا ہے اور زچگی کے درد پیدا کرنے میں مدد ہوتا ہے۔ خلاصہ مجموعی حیثیت سے غدہ نخاعیہ جسم کی بالیدگی اور نشوونما کے لئے ضروری ہے۔ اگر اس کے رس میں کمی ہو جاتی ہے تو جسم چھوٹے قد کا رہ جاتا ہے اور اگر اس میں زیادتی ہو جائے تو جسم بڑا بھدا ہو جاتا ہے۔ جب انسان میں غدہ نخاعیہ کا نشوونما رک جاتا ہے تو جسمانی اور عقلی ترقی مسدود ہو کر طفلانہ حالت (INFANTALISM) پیدا ہو جاتی ہے، جس میں تناسلی نشوونما بھی ناقص یا مسدود ہو جاتی ہے اور جسم میں چربی زیادہ پیدا ہونے لگتی ہے اور پھیکا (بے شکر) پیشاب زیادہ آنے لگتا ہے۔

## خصیتیں

نھيے وہ دو بیضاوی غدود ہیں جن میں منی اور کرم منی (منی کے کیڑے یا حویلیات منویہ) بنتے ہیں۔ اندے کی سفیدی کی طرح سیال منی میں یہ کرم تیرتے رہتے ہیں۔ یہ ایک شکن دار کھال کے اندر دو ڈوریوں (معالیق النھیہ) سے لٹکے رہتے ہیں۔ خسیوں کا درجہ حرارت یکساں رہنا بہت ضروری ہے۔ اسی لیے یہ گرمی کے موسم میں لٹک جاتے اور چاروں میں سکڑ جاتے ہیں۔ خھیہ تقریباً ایک اونس وزنی، ایک انچ لمبا اور آدھ انچ موٹا ہوتا ہے۔ بایاں خھیہ دائیں خھیے سے کچھ بڑا اور زیادہ لٹکا ہوا ہوتا ہے۔ منی خون سے پیدا ہوتی ہے اور سن بلوغ کے بعد برابر پیدا ہوتی رہتی ہے اور شہوت کے وقت اس کی پیدائش تیز ہو جاتی ہے۔ خسیوں کو نکال دینے سے تولید و تناسل کا سلسلہ منقطع ہو جاتا ہے۔ شباب اور مردانگی کے سارے اثرات خسیوں میں پیدا ہونے والی رطوبات کے رچن منت ہوتے ہیں۔ خسیوں میں مادہ منویہ کے علاوہ ایک اور قسم کی رطوبت بھی تیار ہوتی ہے۔ جسم میں جنسی تبدیلیاں، مثلاً لڑکے کی آواز کا بھاری ہو جانا، ڈاڑھی مونچھ کا لگنا، بغل اور زیر ناف بالوں کا لگنا اور دیگر مردانہ تبدیلیاں اسی رطوبت کی پیدائش کی وجہ سے ظہور میں آتی ہیں۔ یہ رطوبت چودہ برس کی عمر میں پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس اعتبار سے خصیتیں مردانہ خصائص کے لئے جسم انسانی میں نہایت اہم مقام رکھتے ہیں اور حقیقت یہ بھی ہے کہ خصیتیں کی رطوبتیں جسم کے دوسرے غدود کے افعال کو بیدار کرتی ہیں، اس طرح جسم انسانی کی چستی باقی رہتی ہے۔



اصولاً فطرت سے روگردانی اور غیر متوازن غذا کے باعث جنسی اعضاء محروم پڑ جاتے ہیں مادہ آپ زندگی کی رعنائیوں سے پوری طرح لطف اندوز نہیں ہو سکتے۔ مویں ریسرچ اور معالجاتی قہرات کے بعد تیار کی گئی نیو بیکس جنسی اعضاء کی نشوونما اور تقویت و حفاظت کے لیے نہایت مفید و موثر دوا ہے۔ یہ ناواقعی کو ختم کر کے آپ کو بڑا اعتماد بناتی ہے۔



نیو بیکس طاقت اور توانائی کی بحال کے لیے نہایت مفید و موثر دوا

## عدم حوین منوی

آج کے دور میں مادہ منویہ میں حوینات کا عدم، یا ان کی کمی یا ان کا ضعف کافی لوگوں کے لئے وجہ پریشانی ہے اور موجب بے اولادی بنا ہوا ہے۔ اس کے اسباب متعدد و مختلف ہیں اگر حوین منوی قطعی طور پر موجود نہ ہوں تو اس کا علاج اطمینان بخش نہیں ہے۔ لیکن اگر موجود ہیں مگر کم ہیں اور ناتواں ہیں تو مندرجہ ذیل نسخہ ایک ماہ سے تین ماہ تک مسلسل استعمال کرانے سے مسئلہ حل ہو جاتا ہے۔

## ہوالشافی

صبح	تamina ۱۰ گرام	ہمراہ شیر گاؤ
بعد غذا	حب عنبر موسیقی ۱۔ عدد	ہر دو وقت
شب	مجنون آرد فرما ۱۰ گرام	

موسم کی مناسبت سے اور زیادہ تقویت و فرحت کے لئے سرما میں ماء اللحم مرکب ۲ چمچ صبح کو دودھ کے ساتھ اضافہ کر سکتے ہیں اور گرمیوں میں عرق مرمر مرکب کے ہمراہ دیجئے۔

## تامینا

اعادہ شباب کا قوت بخش مرکب  
ترکیب استعمال: ایک چائے کے چمچہ بھر یہ مجنون دن میں صرف ایک مرتبہ ناشتے کے ساتھ یا رات کو سوتے وقت استعمال کی جائے۔

## شربت فولاد

افزائش خون اور چہرے کی تازگی و شادابی کے لئے ہمدرد کا مفید نایک شربت فولاد۔ ہمدرد کا شربت فولاد چہرے پر خون کی تھماہٹ، تازگی و شادابی کا دوسرا نام ہے۔

## نیوبا

بچپن سے بڑھاپے تک کی طویل رہ گزر میں کوئی منزل اور کوئی مرحلہ ایسا نہیں جسے قوت و توانائی کے بغیر طے کیا جاسکے۔ عمر کا جادہ صحرائوں اور ریگستانوں سے گزر رہا ہو یا خوبصورت وادیوں اور مرغزاروں سے۔ قوت اور توانائی ہی وہ چیز ہے کہ جو زائید سفر کے طور پر کام آتی ہے۔ یہی آگے بڑھنے کا حوصلہ دیتی ہے اور یہی راستے کے پیچ و خم سے گزر جانے کا عزم بیدار کرتی ہے۔ غرض پہلے سانس سے آخری سانس تک یہی چیز رفاقت و ہم سفری کی ذمہ داریاں نبھاتی ہے۔ اگر جسم طاقت کی کارفرمایوں سے محروم ہے۔ عزائم افسردہ اور ولولے منجمد ہیں تو نوجوانی اور بڑھاپے میں کوئی فرق نہیں، کیوں کہ بڑھاپا اپنی مخصوص ناتوانی سے ہی پہچانا جاتا ہے، اور جوانی نام ہے قوت کے جوش و طوفان کا۔ اگر عہد شباب میں آدمی ارادوں اور جسمانی قوتوں کے اعتبار سے نحیف و ناتواں نظر آئے اس کا خون جذبات اور آرزوؤں کے ولولوں سے خالی ہو اور دماغ میں ہر لمحہ ارادوں کی نئی دنیا آباد نہ ہوتی ہو تو نہ یہ شباب ہے اور نہ ہی بلند پروازی۔ ہمت بلند تن درستی کی دین ہے اس تندرستی کی جو بدن کے پورے نظام کو اپنے اقتدار میں لے کر اس کی پیچیدہ مشین کو دن رات گردش میں رکھتی ہے، اور اس طرح خون کی پیداوار سے لے کر ہر لیے مادوں کے رفع ہونے تک کا ایک لامتناہی سلسلہ برآں جاری رہتا ہے۔

ایک زمانہ تھا جب بدنی طاقت کی فرماں روائی تھی۔ دنیا کے تمام مسائل کا حل اس کے ذریعہ سے کیا جاتا تھا اور وقت کے مطالبات رستم و اسفندیار زبیکو اور گاما کی تخلیق کرتے تھے۔ پھر یہ صورت حال بدلی اور سماج کے تقاضوں نے بڑے بڑے سائنس دان اور دانش ور پیدا کئے، جن کی دماغی طاقتوں نے زمین اور آسمان کی طنائیں کھینچ دیں، چاند اور سورج کی بلندیوں کو اپنے آگے سرنگوں کر لیا اور خلا کی تسخیر کے کام یاب منصوبے بنا ڈالے۔ بہر حال طاقت جسمانی ہو یا دماغی، آدمی اسی کا محتاج ہے، اس کے سارے مسائل کا حل اس پر موقوف ہے اور ان دونوں طاقتوں پر تن درستی کی بالادستی بھی مسلم ہے۔ دماغی طاقتوں کا بھرپور مظاہرہ اسی وقت ہو سکتا ہے جب بدن میں وہ توانائی موجود ہو جو صحت مندی کے آبشار سے ابل کر اوپر آئی ہے۔ بلند زندہ اور عزائم سے بھرپور دماغ کسی ایسے جسم میں رہ نہیں سکتا جو بیماری اور اس کے نتیجے میں کمزوری و ناتوانی کا شکار ہو۔ قوت ہی ترقی، فتح مندی اور نصرت و کامرانی کی بنیاد ہے، وہی شہرت و ناموری اور عظمت کا پرچم بلند کرتی ہے۔

مجلس تجربات ہمدرد، تحقیقی معمل ہائے ہمدرد اور مجلس تحقیق کا طریقہ کار یہ رہا ہے کہ بنیادی طور پر اعضائے رئیسہ کے افعال کی اصلاح کی جائے، کیوں کہ درحقیقت اگر یہ اعضاء درست ہوں تو نظام ہائے جسم میں توازن برقرار

رکھا جاسکتا ہے۔ مثلاً جوانی اور زندگی کو انحطاط لاحق ہے تو محض کوئی ہارمون داخل جسم کر کے وقتی تحریک تو ضرور پیدا کی جاسکتی ہے لیکن حقیقی فائدہ اسی وقت ممکن ہے جب سارے جسمانی نظام کے افعال کو احتیاط و توازن کے ساتھ بیدار کیا جائے۔

ہمدرد نے ”نیوبا“ کی ترکیب میں اس اصول کو پیش نظر رکھا ہے، اس لئے ”نیوبا“ ان تمام مقوی ادویہ سے بہتر اور محفوظ دوا ہے جو اب تک بنتی رہی ہیں۔ نیوبا ایک طرف دل و دماغ کو تازہ، شاداب اور جوان رکھتی ہے دوسری طرف جگر اور معدے کی سستی اور ان کے نقائص دور کر کے تن درست، جان دار اور سرخ خون کی پیداوار میں اضافہ کرتی ہے۔ اسی کے ساتھ جنسی مراکز کی غذا میں بہترین خون صرف کر کے انہیں مستعد و متحرک رکھتی ہے اور ان کے انحصال کو دور کرتی ہے۔

نیوبا دماغ کی شرائین میں خون پہنچا کر دماغی قوتوں خاص طور پر ضعف حافظہ اور دوسری دماغی قوتوں کی کمزوریوں کا ازالہ کرتی ہے۔ یہ اعصاب اور عضلات کو ممکن سے محفوظ رکھتی ہے اور انسان کو جسمانی اور دماغی اعتبار سے پر جوش اور سرگرم بنا دیتی ہے۔ درحقیقت طاقت ایک برقی تہوج ہے جس کے مظاہر مختلف ہیں۔ کبھی وہ دماغی قوتوں میں اپنے کرشمے دکھاتا ہے، کبھی جسمانی اعتبار سے آدمی کو امتیاز بخشتا ہے اور کبھی جبلی طاقتوں کو جوش سے بھر دیتا ہے، اور اس میں یہ قوت بھی ہے کہ ان تینوں جگہ ایک ساتھ اپنا جلوہ دکھائے۔ ”نیوبا“ ہمدرد لیبارٹریز کی فنی کادشوں اور علمی تحقیقات کا وہ مظہر ہے جو بدن، دماغ اور جولیت پر یکساں اثر کرتی ہے، یہ اس نظام کو اپنی گرفت اور اقتدار میں رکھتی ہے۔

”نیوبا“ بنیادی طور پر انسان اور اس کے جسمانی قلعے کو بیماریوں کے حملوں سے بچ کر تن درستی کی فضا برقرار رکھتی ہے جس کے نتیجے میں جسم سے قوت اور طاقت کے آبشارا بہتے ہیں اور ضعف، عام کمزوری ضعف دماغ اور ضعف اعصاب باقی نہیں رہتا۔

### حب الطسک 93

یہ گولیاں مشک، عنبر، مردارید، یا قوت اور اسی قسم کے قیمتی اجزاء سے بنائی جاتی ہیں۔ یہ مراکز عصبیہ کو بجلی کی سی تیزی سے بیدار اور ہوشیار کر دیتی ہیں اور پہلے مرکز اول میں تحریک نمایاں کرتی ہیں پھر صلیبی مرکز اعصاب کو نعوذ اور پہچان پر آمادہ کر دیتی ہے۔ اس عمل میں تقریباً دو گھنٹے صرف ہوتے ہیں۔ اس کے بعد عضو مخصوص کے جسم اسٹنچی اور جسم اجوف نیز وریڈوں اور شریانوں کو اجزائے نعوذ روح اور خون سے پر کر دیتی ہیں اور عضو ماصوبہ النفسیہ کو سخت کر دیتی ہیں، جس کے نتیجے میں انتشار کامل ہو جاتا ہے۔



ترکیب استعمال: جماع سے دو گھنٹے پہلے ایک گولی عرق گلاب نمبر ۶۰۱ ملی لیٹر یا عرق عنبر ۶۰ ملی لیٹر یا محض دودھ کے ساتھ کھائیں تقویت باہ کے لئے ایک گولی روز ۲۰ دن تک مسلسل استعمال کی جاسکتی ہے۔

### حب خاص

یہ گولیاں مراکز اعصاب کے نقائص کو رفع کر کے اعضائے تناسلیہ پر اثر انداز ہوتی ہیں اور عصب راجع (ویکس نرو) سے معدے میں جو فتور واقع ہوتا ہے اس کو رفع کر کے بھوک لگاتی ہیں۔ اعصاب شریک کے افعال کو تیز کر کے آلات ہضم کی اصلاح کرتی ہیں۔ اعصاب نخاعی کو قوی کر کے باہ بڑھادیتی ہیں۔ عضو مخصوص کی طرف اجزائے نعوظ، خون، روح اور ریح کو بہ افراط متوجہ کر کے کامل نعوظ پیدا کرتی ہیں۔ بہترین مقوی اعصاب اور بہترین مقوی باہ ہیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی دودھ کے ساتھ (اگر ممکن ہو ۶۰ ملی لیٹر عرق عنبر دودھ میں اضافہ کر کے) کھلائیں ۲۰ گولیوں کے ہلستر پکٹنگ میں دستیاب ہے۔

### حب عنبر مومیائی

تقویت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں۔ نوجوانی کی غلط کاریوں سے اعضائے تناسل اور اعضائے ریسہ میں جو ضعف آجاتا ہے اسے رفع کرتی ہیں۔ دراصل ان گولیوں کا اثر اعصاب پر ہوتا ہے۔ مقوی اعصاب ہونے کے ساتھ ساتھ ان کو توازن و تناسب کے ساتھ بیدار بھی کرتی ہیں۔ اعضائے تناسل کو نعوظ و ہيجان کے لئے آمادہ کر کے اجزائے نعوظ، خون، روح اور ریح (کافی مقدار میں عضو کے جسم اسٹنچی اور جسم اجوف کی طرف دوڑا دیتی ہیں۔ بڑی اچھی دوا ہے اور طب یونانی کا مشہور و معروف فارمولا ہے۔

ترکیب استعمال: ایک گولی صبح اور ایک رات دودھ کے ساتھ کھائی جاتی ہے۔ دو گولیاں بھی کھائی جاسکتی ہیں۔ جماع کے بعد ایک یا دو گولیاں کھالینے سے کمزوری نہیں ہونے پاتی۔

۲۰ گولیوں کے ہلستر پکٹنگ میں دستیاب ہے۔

### حب نشاط

یہ گولیاں اعلا درجے کی مقوی و مسک ہیں۔ سرعت کی شکایت دور کرتی ہیں۔ لذت و تفریح کا سامان بھی ہیں۔ جریان کو دور کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہیں کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں۔ جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویہ کرتی ہیں۔ کوئی نشے کی چیز اس کا جزو نہیں اپنے مطلب کی اعلا درجے کی چیز ہے۔ ایک ہی مرتبہ کا تجربہ اس

کی خوبیوں کو ظاہر کر دے گا۔ بازاری مسک دواؤں میں نہ معلوم کیا کیا شامل ہوتا ہے، لیکن نشے کی چیزیں ہر حالت میں خراب اور برا اثر دکھاتی ہیں ”حب نشاط“ اس قسم سے پاک ہے۔ مسک کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت سے جو لوگ مجبور ہیں۔ ان کے لئے بے ضرر اور مفید دوا ہے۔

ترکیب استعمال: وقت خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر ۲ گولیاں دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

۲۰ گولیوں کے ہلستر پیکنگ میں دستیاب ہے

## حب جواہر

ان گولیوں میں جواہرات داخل ہیں اور جواہرات کے جو خواص ہیں وہ تمام ان سے حاصل ہوتے ہیں اعضائے رئیسہ کو قوت حاصل ہوتی ہے۔ مراکز اعصاب اور دماغ کے حسی حرکتی اور ذہنی رقبات ان کے استعمال سے قوی ہو جاتے ہیں۔ دماغ کے ایک خاکی مادے کے افعال میں ترقی ہوتی ہے۔ اعصاب شریک کے ذریعہ سے تغذیہ و تسمیہ کی قوتوں پر ”حب جواہر“ نہایت اچھا اثر ڈالتی ہے۔ قلب اور سر کی کواڑیوں اور بطون کے افعال کو اعتدال پر لاتی ہے۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی یا عرق گلاب نمبر ۱، یا عرق غبر ۶۰ ملی لیٹر کے ساتھ صبح شام کھائیں۔

۲۰ گولیوں کے ہلستر پیکنگ میں دستیاب ہے

## مثالی

کثرت احتلام کی کام یاب دوا۔ پیشاب کی نالی میں کسی خراش کی وجہ سے سوزش ہو جاتی ہے اس سے احتلام ہونے لگتے ہیں۔ اکثر مریض کسی بری عادت کی وجہ سے زکات حس یعنی حس کی تیزی میں مبتلا ہو جاتے ہیں اور ان کو ذرا سی تحریک یا رگڑ سے احتلام ہو جاتا ہے۔ ایسے ہی مریضوں کے لئے مثالی بنائی گئی ہے۔ یہ مسکن ہے۔ اعضا میں تخدیر پیدا کرتی ہے، اس لئے احتلام رک جاتے ہیں۔ جو معالج ضروری سمجھتے ہوں کہ ضعف بہہ کا علاج کرنے سے پہلے مریض کے اعصاب کی زکات حس کو دور کر دیں، وہ ایسے موقعوں پر ”مثالی“ اپنے مریضوں کو دے سکتے ہیں۔ مجرب چیز ہے۔

۲۰ قرص کا پیکنگ

## قرص جربان

بہتر و مطب میں ان قرصوں کو لاتعداد مریضوں پر آزمایا گیا اور اکثر حالات میں انہوں نے مایوس مریضوں کو دیمک کی طرح کھا جانے والے مرض جربان سے نجات دلائی۔ دراصل یہ قرص ہزار ہا مریضوں پر تجربہ کر کے اور پھر ترمیم و تنسیخ کے بعد بھی ہزار ہا مریضوں پر آزمایا کر تیار ہوئے ہیں۔ اور اب یہ تیر بہدف ہیں اور ان کو

پورے اطمینان اور بھروسے کے ساتھ استعمال کیا جاسکتا ہے۔  
 ترکیب استعمال: نہایت سادہ۔ چار قرص صبح دودھ کے ساتھ یا رات کو سوتے وقت دودھ یا پانی کے ساتھ  
 کھائیں۔ ۵۰ قرص کا پیکنگ

### لبوب اعظم

اعضائے مولدہ میں حدت بڑھ جانے یا ان کے فعل میں کسی وجہ سے خرابی آ جانے کی صورت میں قوام میں  
 فرق آ جاتا ہے اور رطوبت منویہ پتلی پڑ جاتی ہے۔ لبوب اعظم اعضائے مذکورہ کو قوت پہنچاتا ہے۔ اور ان کو  
 اعتدال پر لاتا ہے۔ غدہ قدامیہ کو قوت دیتا ہے اور اسی لیے اساک کی قوت کو اعتدال پر رکھتا ہے۔ اس میں  
 قوت دینے والے اجزا بھی شامل ہیں، مثلاً تودری زرد اور ثعشب مصری، مشک اور زعفران وغیرہ، اس لئے یہ  
 مقوی بدن ہے۔ ہاضمے پر اس کا برا اثر نہیں پڑتا کیوں کہ مصلح اجزا ساتھ ہیں۔ قوت باہ کو قائم رکھتا ہے۔ اسے  
 ہر موسم میں اطمینان سے استعمال کرایا جاسکتا ہے۔ اطباء اور دید صاحبان اپنے مریضوں کو استعمال کراتے ہیں۔  
 ۵۰ گرام اور ۱۰۰ گرام کے پیکنگ میں دستیاب ہے

### لبوب کبیر

گھریلو چیزوں کے دماغ، قیمتی ادویہ اور مشک وغیرہ کا مرکب ہے۔ مرکز اعصاب اور دماغ نیز دل کو طاقت دیتا  
 ہے۔ آلات تناسل پر محرک اثر ڈال کر باہ بڑھاتا ہے۔ خسیوں کے طبقات بیضہ، خسیوں کے چھوٹے ٹوتھروں اور  
 انابیب الٹی کو قوی کر کے مادہ تولید کی پیدائش کے عمل کو بڑھا دیتا ہے۔ گردوں اور کلاہ گردہ کے افعال کو صحیح اور تیز  
 کرتا ہے۔ غدہ خمامیہ کے نقائص دور کرتا ہے اور اسے اپنا مخصوص جوہر پیدا کرنے پر تیار کرتا ہے۔ غرض جو رطوبتیں  
 جو ان رہنے کے لئے ضروری ہیں، وہ مہیا کرتا ہے اور جن گلٹیوں میں وہ پیدا ہوتی ہیں انہیں قوت دیتا ہے۔  
 ترکیب استعمال: اس کی ایک خوراک تہ یا کشتہ ۳۰ ملی گرام ملا کر صبح کھائیں، اوپر سے ہمدرد ماء اللہم ۶۰ ملی لیٹر  
 نوش کریں یا صرف دودھ پیئیں۔ مقدار خوراک بڑی عمروالوں کو ۵ گرام سے ۷ گرام تک یہ بچوں کو نہیں دیا جاتا۔  
 ۵۰ اور ۱۰۰ گرام کے پیکنگ میں دستیاب ہے۔

### معجون آرجن حرما

چھوہارے اور سنگھاڑے سے بنائی جاتی ہے۔ اعضائے تناسل کی حس کو کم کر کے سرعت انزال اور جریان کی  
 شکایت دور کرتی ہے۔ باہ کو بڑھاتی ہے۔ مادہ تولید کے دونوں حصوں یعنی رطوبت منویہ اور ذرات منویہ کے

قدرتی تناسب کو درست کر کے اس کے قوام کو ٹھیک کرتی ہے۔  
 ترکیب استعمال: ۱۲ گرام معجون صبح کو کشتہ قلعی ۳۰ ملی گرام کے ساتھ کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی لیں۔ تنہا معجون بھی کھا سکتے ہیں۔

## معجون فلاسفہ

بابونہ اور زراوند مدحرج اور بعض مغزیات سے بنائی جاتی ہے۔ آلات تناسل کو قوت دے کر باہ اور مادہ تولید کی پیدائش کو بڑھاتی ہے۔ مثلاً اور اس کے عضلات کو طاقت دے کر بار بار پیشاب کو آنے سے روکتی ہے۔ عضلات سے گھنیا کے مواد کو نکال کر کمر کے درد کو فائدہ دیتی ہے۔ تیزابی مادے کو خارج کر کے گھنیا کو دور کرتی ہے۔ معدے کے طبقہ عضلیہ کو درست اور جو ہر ہاضم کو بڑھا کر بھوک بڑھاتی اور غذا ہضم کرتی ہے۔ منہ کی بدبو دور کرتی ہے۔ قدرے مصفی ہے، اس لئے چہرے کے رنگ کو نکھارتی ہے۔ مقوی اعصاب ہے۔  
 ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت کھائیں۔ مقدار خوراک بڑی عمر والوں کو ۶ گرام سے ۱۲ گرام تک دیں۔

## معجون شباب آور

غده نغمہ قدرت نے بھیجے کے درمیان ہڈیوں کے ایک نہایت مختصر گہوارے میں محفوظ رکھا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق اس سے چھ سات مختلف قسم کے کیمیائی اجزاء کی تراوش ہوتی ہے۔ اس لئے اسے شاہ غده کہتے ہیں۔ یہ کیمیائی جوہر جسم انسانی میں مختلف کام کرتے ہیں۔ ایک ہڈیوں کی بالیدگی پر نظر رکھتا ہے۔ اگر اس میں جوہر کی تراوش بند ہو جائے تو انسان بوٹا رہ جاتا ہے اور توالد و تناسل کی قوت باقی نہیں رہتی۔ دوسرا جوہر جنسی غده (سیکسول گینڈ) پر کنٹرول رکھتا ہے اور مردانہ قوت کو قائم رکھتا ہے۔ دوسرے جوہر خون کے دباؤ کو درست رکھتے ہیں "معجون شباب آور" غده نغمہ کے افعال کو سامنے رکھ کے تیار کیا گیا ہے۔ خاص قسم کی دواؤں اور جوہروں سے اس میں تاثیر پیدا کی گئی ہے کہ یہ اس غده کے افعال کو منظم رکھتا ہے، اسی لیے شباب اور تندرستی برقرار رکھتا ہے۔ مردانہ قوت پیدا کر کے اسے بحال رکھتا ہے۔ ۵۰ گرام کے پیکنگ میں دستیاب ہے

## ملذذ عجیب

مباشرت کے وقت عصبی مرکوزوں میں ہیجان پیدا ہو جاتا ہے اور حرام مغزی میں عصبی پیغامات کی آمد و رفت شروع ہو جاتی ہے۔ ان پیغامات کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ غده تناسلیہ اپنی اپنی رطوبت خارج کرنے کے لیے تیار ہو جاتے ہیں۔ یہ حالت بہت لذت بخش ہوتی ہے۔ پھر غم رحم اور حشہ کے اتصال اور تصادم سے اس لذت میں مزید اضافہ ہو

جاتا ہے اور جب حرام مغز کی طرف سے غدہ تناسلیہ کو انزال کا پیغام پہنچتا ہے تو اس وقت یہ حظ اور لذت اذ درجہ کمال کو پہنچ جاتا ہے۔ لیکن خاص حالات میں حشفہ یا غم رحم یا غدہ تناسلیہ کی کمزوری اور نقائص کی بنا پر طرفین کو جماع سے کوئی لذت حاصل نہیں ہوتی۔ ایسی صورت میں ”ملذذ عجیب“ سے لطف حاصل ہو جاتا ہے۔ اس کے استعمال سے حشفہ اور غم رحم کا اتصال ہونے لگتا ہے۔ اور جسم اسٹنچی جو سامنے کی طرف بڑھ کر حشفہ بناتا ہے اس کے اجزاء سے متاثر ہو کر قبول حظ کے لیے زیادہ سے زیادہ تیار ہو جاتا ہے۔ ملذذ عجیب مضمر اجزاء سے پاک ہے اور بے شمار منافع کے باوجود خوشبودار بھی ہے۔ حشفہ یا علق الرحم اور رحم کے اندرونی ساخت پر ملذذ عجیب کوئی مضرت اور نقص نہیں چھوڑتی، بلکہ ان اعضا پر ان کا کوئی مستقل اثر نہیں ہوتا۔ وقتی استعمال کی چیز ہے (پرچہ ترکیب دوا کے ساتھ ہے)

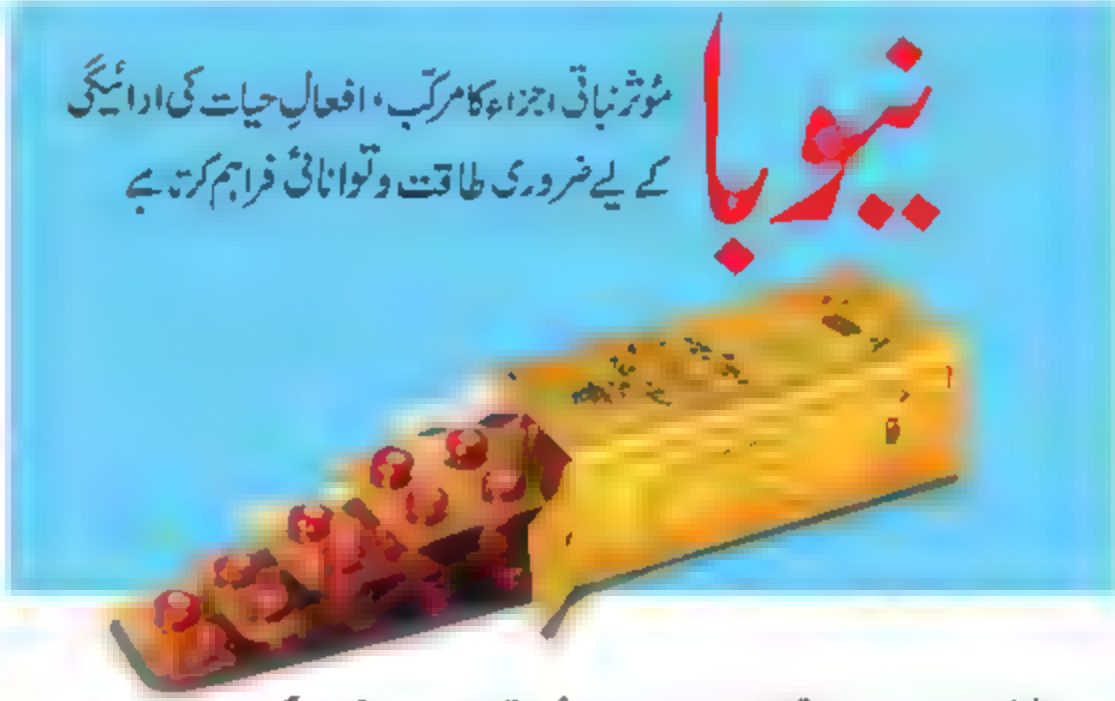
### مسک بے نظیر

یہ نہایت مقوی اور مسک دوا ہے، جو قیمتی دواؤں مثلاً، عنبر، زمرد، مروارید اور زعفران وغیرہ سے مرتب کی جاتی ہے۔ طبعی نعوذ (اریکشن) کے وقت قضیب کے جوف اور خانے دار اجسام میں زیادہ خون بھر جاتا ہے اور اس کے چمک دار ریشے نیچے انتصابی (ارکٹائل ٹشو) تن کر عروق و شرائن پر دباؤ ڈالتے ہیں۔ یہ کیفیت اس وقت تک قائم رہتی ہے۔ جب تک وظیفہ مکمل نہیں ہو جاتا۔ عضو کے بیرونی عضلات سکڑ کر اور بیرونی جلد تن کر ویدوں پر دباؤ ڈالتے ہیں۔ اس دباؤ کی وجہ سے خون واپس نہیں ہونے پاتا اور نعوذ برقرار رہتا ہے۔ اگر قیمتی دواؤں سے عضلات میں قوت پیدا کر دی جائے تو یہ بالکل ممکن ہے کہ ان کا دباؤ دیر تک قائم رہے اور انزال جلد نہ ہو۔ مسک بے نظیر خاص طور پر عضلات کو طاقت بخش کر خصیتین، برنج (اپنی ڈیڈی مس) قنات، ناقلۃ المنی، اوعیہ منی، غدہ قد امیہ غدہ ہودی کو بھی جو وظیفہ جماع کی تکمیل اور اخراج منی اور دیگر رطوبات سے قریبی تعلق رکھتے ہیں، قوت دیتی ہے اور ان میں یہ استعداد پیدا کرتی ہے کہ دیر تک سیال مولدہ کو روکے رہیں۔ مخصوص طور پر عضو کے جز کے عضلے کو جو آلت خیز (ناصبۃ الذکر) رکاز نہیں ہے، قوی کرتی ہے۔ یہ عضلہ اپنی قوت کے باعث اپنے عضو کی جز کی قوتوں کو دبا کر خون روک لیتا ہے جس سے نعوذ میں کمی آنے نہیں پاتی اور لذت و امساک کی کیفیت باقی رہتی ہے۔



## فطری توانائی بحال — زندگی پُر اعتماد

**نیوبا**  
مؤثر بناتی اجزاء کا مرکب، افعالِ حیات کی ادائیگی  
کے لیے ضروری طاقت و توانائی فراہم کرتا ہے



مسلل معروقات، مسابقتی رجحان اور ناقص غذا حیاقی نظام اور جسمانی کارکردگی پر  
اثر انداز ہو کر زندگی کو بے رونق بنا دیتی ہیں۔

نیوبا کاروبار حیات اور کھوئی ہوئی فطری توانائی بحال کرتی ہے۔ دماغی و اعصابی تھکن و کمزوری  
دور کر کے آپ کو زیادہ پُر اعتماد بناتی ہے۔

”نیوبا“ جیسے چاق چوبند رہیے، زندگی کے تمام وظائف پوری صحت کے ساتھ انجام دیجیے۔

**نیوبا**  
مردوں کے لیے بہترین بناتی مرکب

ہماری ویب سائٹ پر معلومات کے لیے ویب سائٹ ملاحظہ کیجیے:  
[www.hamdard.com.pk](http://www.hamdard.com.pk)

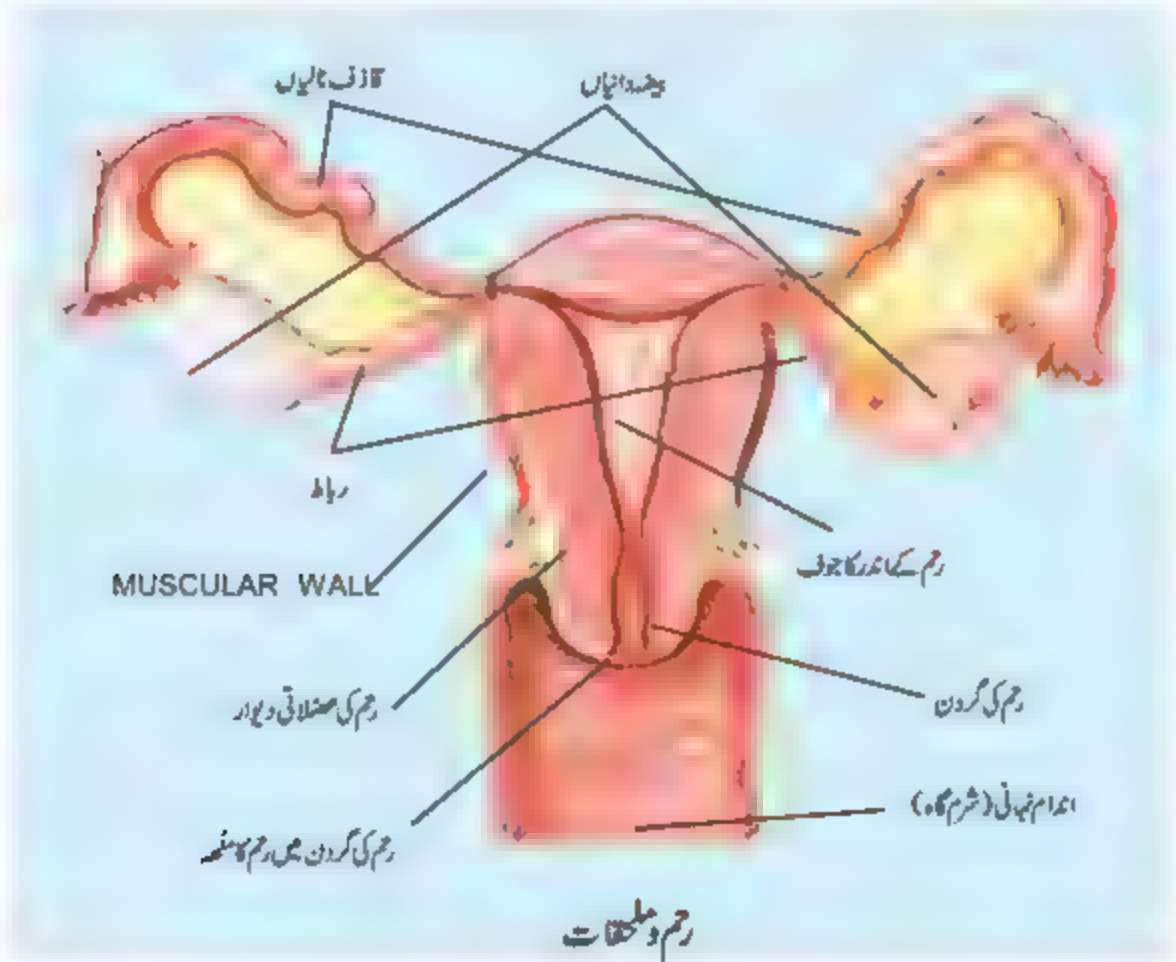
مَدَنی سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔

”ہم ہندوستان میں، ایشیا کے ممالک، افریقہ اور دیگر ممالک میں ہمارے کاروبار کو جاری رکھیں گے۔“  
شہر علم و صحت کی تعمیر میں ہم مددگار ہیں۔ آپ کی شہرت ہے۔

# رحم و ملحقات

عورتوں کے اعضاء مخصوصہ میں رحم ہی سب سے اہم عضو ہے۔ بقائے نسل کی ذمہ داریوں کا بڑا حصہ اسی سے متعلق ہے۔ اسی میں نطفہ قرار پاتا ہے اور پھر جنین کی شکل اختیار کر کے مقررہ وقت پر عالم وجود میں آجاتا ہے۔ بقائے نسل کی ذمہ داریوں کے علاوہ عورت کی صحت بھی بہت کچھ اس عضو کی صحت سے متعلق ہے۔ اس عضو سے ہر مہینے خون کی خاص مقدار مقررہ وقت میں آتی رہتی ہے جسے حیض کہتے ہیں۔

تن درست اور نوجوان عورت میں اس عضو کی شکل کشمیری ناشپاتی کی طرح مثلث مخروطی ہوتی ہے۔ بعض عورتوں میں اس کا مخروطی حصہ کم نمایاں ہوتا ہے۔ اس وجہ سے وہ تقریباً گول نارنگی کی طرح معلوم ہوتا ہے لیکن بچپن میں تو

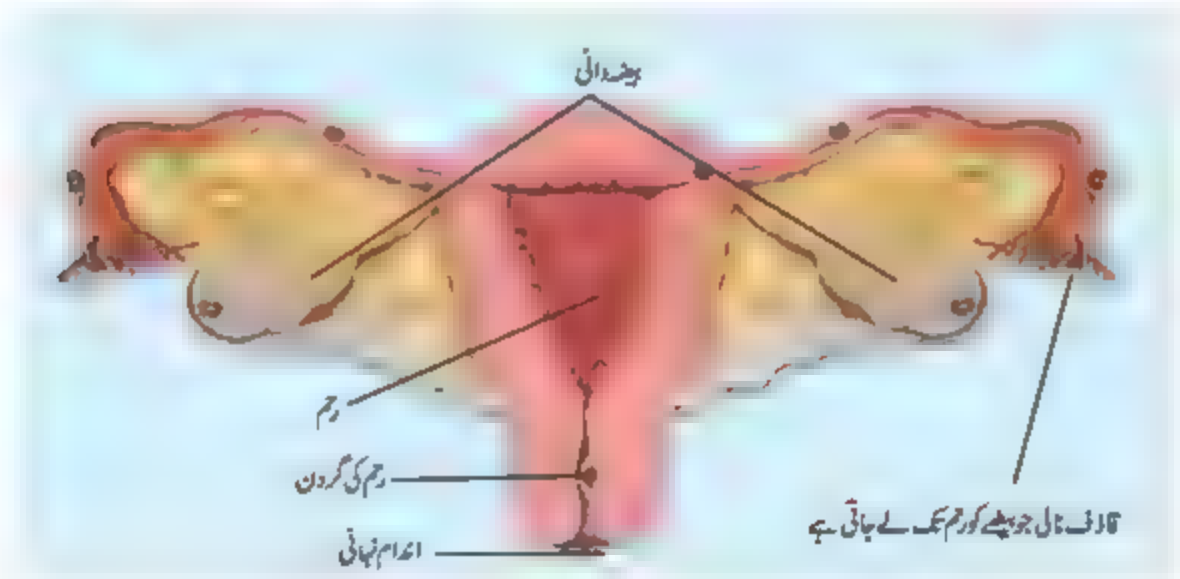


اس کی شکل بہر حال گول ہوتی ہے۔ ادھیڑ عمر میں اس کی شکل لمبی کدو دراز ہو جاتی ہے اور اس کا منہ اور لب تقریباً معدوم ہو جاتے ہیں۔ اس کی شکل میں نمایاں فرق جس حالت میں پڑتا ہے وہ حالت حمل ہے۔ اس وقت وہ کافی مقدار میں بڑھ کر خربوزے کی طرح لمبا اور گول ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ ایام حیض میں بھی رحم کی جسامت معمول سے کسی قدر بڑھ جاتی ہے۔ جنسی حالت میں رحم کا جسم برائے نام ہی ہوتا ہے لیکن اس کی ساخت میں وہ تمام اجزا پائے جاتے ہیں جو ابتدائے عمر اور جوانی کی عمر میں پائے جاتے ہیں۔ بچپن میں رحم کے جسم کی افزائش دیگر اعضا کی نسبت ذراست ہوتی ہے لیکن سن بلوغ میں اس کی جسامت تیزی سے بڑھ جاتی ہے۔ صحت کی حالت میں نو جوان عورت کے رحم کی لمبائی تقریباً تین انچ اور چوڑائی دو انچ اور دباؤ ایک انچ ہوتی ہے اس کا وزن تین تو لے تک ہوتا ہے۔

### رحم کا مقام اور قیام

نو جوان اور غیر حاملہ عورت کے رحم کا اصلی مقام جوف عانہ کا حوض صادق ہے۔ اسی حوض کے تقریباً وسط میں رحم قیام پذیر رہتا ہے۔ اس کے سامنے مثانہ اور مجری بول، پیچھے معائے مستقیم اور دائیں و بائیں خصیۃ الرحم اور قاذف نالیاں وغیرہ ہوتی ہیں۔ رحم کی وضع قیام یہ ہے کہ قاع الرحم (رحم کا پیندا جو اوپر کی طرف ہوتا ہے) جوف عانہ صادق کی بالائی حد سے کسی قدر نیچا رہتا ہے۔ اس کا رخ اوپر اور سامنے رہتا ہے۔

رحم کا جسم نیچے اور پیچھے کی طرف مائل ہے اور جسم کی گردن (عنق الرحم) اور فم رحم کا رخ بھی نیچے اور پیچھے کو ہوتا ہے۔ رحم کی گردن اندام نہانی میں چاروں طرف سے پیوست رہتی ہے اور رحم کا جسم گرد و پیش کے اعضا سے ڈھیلے روابط کے ذریعے بندشوں میں رہتا ہے۔ یہ بندشیں رحم کو بالکل ہی جکڑ نہیں دیتیں بلکہ رحم اچھی طرح





## خصیۃ الرحم

دونوں خصیۃ الرحم کا فعل یہ ہے کہ عورت کی رطوبت بیضہ اور اس کے خاص جوہر مولدہ کو جسے بیضۃ النسا کہتے ہیں، پیدا کرتے ہیں۔ یہ رطوبت بیضۃ النسا جو صلات بیضہ میں محفوظ ہوتی ہے۔ یہ حوصلہ پختہ ہو جانے پر پھٹ جاتا ہے اور رطوبت و بیضہ قاذف نالیوں کے ذریعے رحم میں پہنچ جاتے ہیں۔

## پستان

یہ غدودی ابھار ہیں جو آدھے آدھے کردن کی طرح سینے کے دائیں بائیں حصوں میں موجود ہوتے ہیں۔ اگرچہ پستانوں کی موجودگی صرف عورتوں ہی کے لیے مخصوص نہیں ہے بلکہ مردوں میں بھی ان کا وجود پایا جاتا ہے لیکن عورتوں میں پرورش اولاد جیسے اہم مقصد کے لیے پستانوں میں جن امتیازات اور تغیرات کی ضرورت تھی، مرد ان سے محروم ہیں۔

پستان اگرچہ براہ راست اعضائے تناسل کی صف میں شامل نہیں ہیں لیکن آخری الذکر اعضا کے تغیرات جو ان میں بچپن کی عمر سے لے کر سن بلوغ تک اور پھر سن بلوغ سے شادی ہونے تک اور شادی کے بعد استقرار حمل پھر وضع حمل اس کے بعد ایام رضاعت سے لے کر دودھ چھڑوانے تک مزید برآں سن یا سن تک واقع ہوتے رہتے ہیں ان سب تغیرات کا اثر بالواسطہ پستانوں پر پڑتا ہے، اسی لیے ان کو اعضائے تناسل کے اجزائے اضافی کہہ سکتے ہیں۔

## سپاری پاک

سپاری مشہور و معروف چیز ہے۔ اس کے افعال و خواص پر ہمدرد نے عرصے تک تجربے کیے ہیں اور اس پر جدید تحقیقات بھی ہوئی ہیں ان کا غائر مطالعہ کیا ہے۔ اس کے بعد ضروری اجزا کا اضافہ کر کے ایک نفیس اور لذیذ سفوف کی شکل میں سپاری پاک تیار کی ہے۔ سپاری پاک عورتوں کے مشہور مرض سیلان الرحم (لیکوریہ) کی خاص دوا ہے، اس سے کمر کا درد بالکل جاتا رہتا ہے، کیونکہ یہ ایک طرف مقوی ہے دوسری طرف رحم کے امراض اور کم زوری کو رفع کرتی ہے۔ ہمدرد نے پرانے اور مجرب نسخے میں کوئی ترمیم نہیں کی۔ البتہ تیاری کے نقائص کی اصلاح کی ہے۔ اسی لیے یہ خراب نہیں ہوتی اور تیاری کے جدید طریقے کی بدولت اس کے اجزا کے فوائد قائم رہتے ہیں جو عام لوگوں کے طریقہ تیاری میں قطعی زائل ہو جاتے ہیں۔



## ناشف

سیلان الرحم کا مرض اکثر عورتوں کو ہوتا ہے۔ سیلان کی بہت سی قسمیں ہوتی ہیں۔ ورم رحم کی وجہ سے سیلان ہو سکتا ہے، سوزاک کی وجہ سے بھی ہو سکتا ہے، ناشف صرف اس حالت میں مفید ہے جب کہ رحم میں کمزوری ہو اور خون میں کیمیشیم کی کمی ہو۔ خصیتین الرحم (اوویریز) کے افعال کو بھی یہ باقاعدہ کرتی ہے۔ شوہر کی کسی تکلیف کی وجہ سے عورت کی جنسی خواہش پوری نہیں ہوتی تو ایسی عورتیں بھی سیلان الرحم میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ ناشف ان کے لیے بھی مفید ہے۔

## خسا

فی سادر اصل کوئی نیا ذر مول نہیں ہے بلکہ صدی سے زیادہ عرصے کا آزمودہ نسخہ ہے جس میں ہمدرد نے طویل تجربات کی روشنی میں ضروری اضافات کئے ہیں اور دوا سازی کی جدید تکنیک کی مدد سے سفوف کی صورت میں پیش کیا ہے۔ سونٹھ، اسگند، موچس، الاپنگی، موصلی سفید، ست اور فلفل وغیرہ دواؤں کو خواتین کے مخصوص امراض میں زبردست اہمیت حاصل ہے۔ ان دواؤں کے موثر اجزا کو اس طرح حاصل کیا گیا ہے کہ ضائع ہونے کا امکان ہی نہ رہے اور پھر سائیکلک اصول پر اسے سفوف کی شکل دے دی گئی ہے۔ اس لئے فی سا خواتین کے لیے ایک موثر ترین چیز بن گئی ہے۔

حیض کی خرابیوں (بے قاعدگی، کمی یا زیادتی) ورم رحم اور سیلان الرحم (لیکوریہ) کے لیے ”فی سا“ ایک نہایت موثر دوا ہے۔ یہ خصوصیت کے ساتھ رحم اور متعلقات رحم پر اثر انداز ہو کر دہاں کی بد نظمی کو رفع کرتی ہے۔ درد کمر کے لیے ایک مفید دوا ہے۔ ساتھ ہی یہ اعلا درجے کی ہاضم ہے۔ معدہ و جگر کے افعال کو درست کرتی ہے۔ فی سا خواتین کو چست اور صحت مند رکھتی ہے۔

ترکیب استعمال: حیض کی خرابیوں، صبح ایک قرص فی سا پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہیے۔ اگر تکلیف زیادہ ہو تو ایک خوراک رات کو بھی کھانی چاہیے۔ نوٹ: فی سا کے ڈبے کا ڈھکنا کھانا نہ چھوڑیے۔

## مینوتات

رحم سے شدید جریان خون کی موثر خوردنی دوا مینوتات ایک غیر ہارمونی مرکب ہے۔ جس کو جزی بوٹیوں سے تیار کیا گیا ہے۔ یہ معمل ہائے ہمدرد میں سالہا سال کے تجربات اور تحقیقات کا حاصل ہے مینوتات موثر ہونے کے باوجود رحم سے شدید اور بے قاعدہ جریان خون کی قطعی بے ضرر دوا ہے۔ یہ ان تکلیف دہ نقصانات سے

بالکل مہزا ہے جو ہارمونی مرکبات سے عام طور پر لاحق ہو جاتے ہیں۔ مطلب ہائے ہمدرد میں ہزاروں مریضوں پر تجربات سے ثابت ہو چکا ہے کہ یہ ہارمون سے پاک مرکب قدیم طریقہ علاج کی موثر دوا ہے جو رچی جریان خون میں مریضہ کو جراحی علاج سے بے نیاز کر دیتی ہے۔ انسان کا ہارمونی نظام اس قدر پیچیدہ ہے کہ جدید ترین معلومات بھی اس کے اسرار پر سے پردہ نہیں اٹھا سکی ہیں۔ ہمدرد نے ہارمونوں کے مسئلہ پر سال ہا سال کی جہد و کوشش کے بعد بالآخر عورتوں میں ہارمونی عدم توازن کے اسباب کا کھوج لگانے میں کامیابی حاصل کر لی ہے۔ شدید اور بے قاعدہ رچی جریان خون جس کے اسباب مقامی ہوں یا عمومی، عام طور پر خصیتہ الرحم کے دو ہارمونوں "ایسٹروجن" اور "پروجسٹرون" کے عدم توازن کی وجہ سے عارض ہوتا ہے اور اس میں خصیتہ الرحم کے ساتھ غدہ نخاعیہ بھی شریک ہوتا ہے۔ ہمدرد کی مینوتات ایک غیر ہارمونی دوا ہے جو نسوانی خرابیوں کی اصلاح کرتی ہے۔ یہ رچی جریان خون کے علاج میں طب قدیم کی ایک کامیاب پیش قدمی ہے۔ کھانے میں آسان اور عمل میں سہل۔

## عروسک

مقامی استعمال کی چیز ہے جو اندام نہانی اور رحم کی اکثر شکایتوں کے لیے تیر بہدف ہے۔ یہ اندام نہانی کے سکڑنے والے عضلات اور اس کی دیواروں کو قوی کرتی ہے۔ اور مہمل وغیرہ کی غیر معمولی رطوبت کو خشک کر دیتی ہے۔ قمل القروج (روحیز) کے مخصوص افعال میں باقاعدگی پیدا کرتی ہے استرخامہمل اور استرخاہ رحم میں مفید ہے۔ سیلان فرجی، مہلی، عٹلی، اور بیٹھی کے لیے یقینی دوا ہے عروسک احوال رحم کی تمام صورتوں میں نہایت مفید ہے۔

ترکیب استعمال: عروسک اسٹنچ یا روئی میں لگا کر استعمال کی جاتی ہے۔



## عروسک اندرونی استعمال کے لیے بہترین دوا

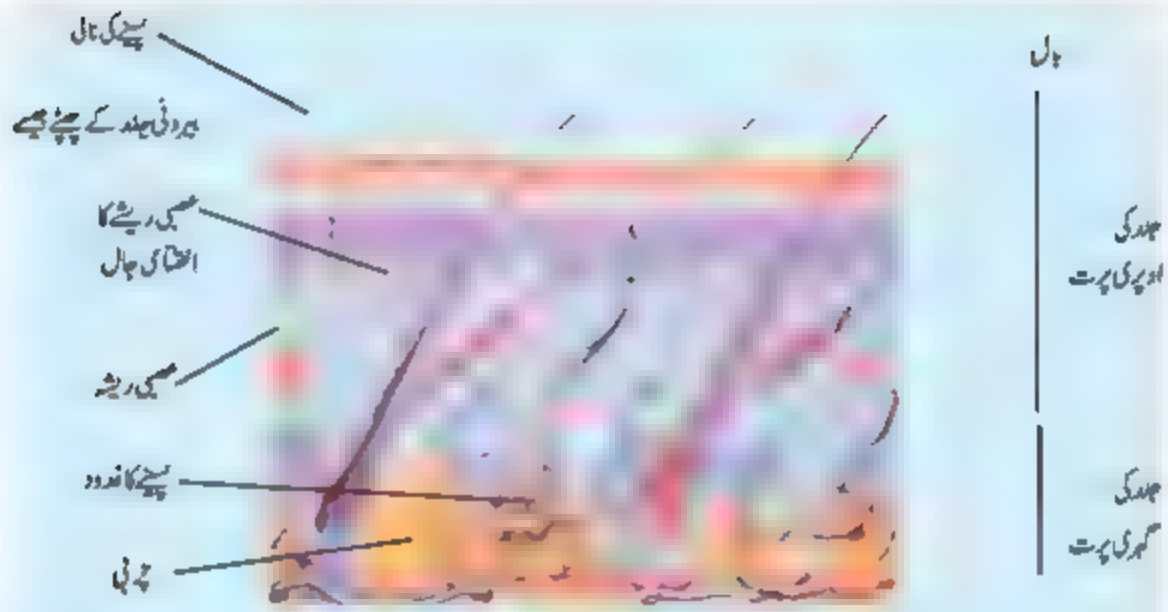
نسوانی صحت کے ڈھیلے پن اور رحم کی صحت کے لیے نہایت مفید و موثر دوا ہے۔ سیلان اور بیٹھی میں عروسک کا استعمال رحم کو تقویت دیتا ہے۔ بہترین نتائج کے لیے عروسک چھ ترکیب کے مطابق استعمال کیجیے۔ ایک شیشی دوا سات یوم کے لیے کافی ہے۔



جلد کے فائدے

## ہماری چلہ — بدن کی حفاظت کا پہلا موڑ ہے

چند کے قاعدے



جلد کی تراش، جس میں جلد کی اوپری اور گہری پرت کا منظر ہے۔

درجہ کا ہوتا ہے، یعنی کہیں سے کم اور کہیں سے زیادہ چھونے کے احساس کے علاوہ جلد سردی یا گرمی اور کسی چیز کی ہمواری یا ناہمواری (کھردرے پن یا چکناہٹ) نرمی یا سختی کا احساس بھی رکھتی ہے اور اگر جلد پر کوئی نوک دار چیز چھوئی جائے تو درد کا احساس بھی ہوتا ہے۔ اگر جلد میں کوئی خراش ہوگئی یا ایک چھلا پڑ کر اس کی چڑی اتر گئی ہو اور پھر اگر اس کے مقام پر کسی تیز چیز (مثلاً اسونیا) کے بخارات ہوا کے ذریعے لگیں تو چرچاہٹ کا احساس ہوتا ہے۔ اس سے اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ جلد کو ہوا میں تیز بخارات کا بھی احساس ہوتا ہے۔ جلد ایک اور اہم کام بھی کرتی ہے۔ یعنی وہ پسینے کے ذریعے ہمارے بدن کے بعض فضلات کو بھی باہر نکال دیتی ہے۔ اور اس طرح ہمارے خون کو بھی صاف کرتی ہے۔ علاوہ ازیں جلد ہمارے بدن کی حرارت کو اعتدال پر قائم رکھتی ہے۔ جلد اپنے مسامات کے ذریعے پانی وغیرہ میں سے نمی اور بعض دواؤں کے اجزا بھی اپنے اندر جذب کر سکتی ہے اور پھر یہ خون میں شامل ہو جاتے ہیں چنانچہ دیکھا گیا ہے کہ شدید پیاس کی حالت میں ٹھنڈے پانی سے نہانے یا بدن پر تر چادر لپیٹنے سے تسکین معلوم ہوتی ہے۔ بعض بیماریوں میں جلد پر پارے وغیرہ کی مالش کرنے سے دوائی اجزا خون میں پہنچ کر اپنا اثر کرتے ہیں آج کل تو زیر جلد دواؤں کی پچکاریاں بکثرت لگائی جاتی ہیں۔ جن سے دوائی اجزا جلد کے نیچے سے جذب ہو کر خون میں پہنچ جاتے ہیں۔

جلد دو طبقتوں یا پرتوں سے مل کر بنتی ہے۔

(۱) اوپر کی پرت سینک جیسے سخت چھوٹے چھوٹے خلیوں یا چھلکوں سے بنتی ہے جو ہمیشہ گھس گھسا کر اترتے رہتے ہیں اور ان کی جگہ نیچے سے نئے نئے پرت پیدا ہوتے ہیں۔

(۲) گہری پرت خانے دار اور ریشہ دار ساخت سے بنی ہوتی ہے، جس کے اندر خون اور لیمف کی مہین رگوں اور بے شمار عصبی شاخوں کا جال پھیلا ہوا ہوتا ہے۔ پسینے کے غدود، چربی یا چکنائی کے غدود اور بالوں کی جڑوں کی گول تھیدیاں (شعری جرابات) بھی جلد کی اس گہری پرت میں جمی ہوئی ہوتی ہیں۔ بیرونی ذرات گندگی اور جراثیم وغیرہ، جو جلد کی اس گہرائی میں آگھستے ہیں وہ سب لمفی گروہوں کے اندر گرفتار کر کے روک لئے جاتے ہیں اور بدن ان کے مضرت سے محفوظ رہتا ہے۔ جلد کے حساس آخری عصبی ریشے جسم کے ہر حصے کو اس کی حالت اور وضع سے خبردار اور آگاہ کرتے ہیں۔ درد کا احساس ہمیں جلد کے امکانی مضرت، چوٹ یا زخم سے آگاہ رکھتا ہے چربی کے غدود جو جلد کی گہرائی میں رہتے ہیں ان کی نالیاں اوپر کی تہوں میں پہنچ کر چکنائی سے جلد کو چکنا۔ نرم اور چکلیلا اور زیادہ قابل نفوذ رکھتی ہیں۔ پسینے کے غدودوں کی نازک نالیاں سطحی تہوں میں جا کر پسینے کے فضلات خارج کرتی ہیں اور حرارت بدن کو مناسب و معتدل حالت میں قائم رکھتی ہیں اوپر کی جلد کا زخم آس پاس اور نیچے کی تہوں کی مدد سے جلد اچھا ہو جاتا ہے اور زخم پر کے کھرند یا پھڑی سے نئی بنی ہوئی نازک جلد کی حفاظت ہوتی ہے۔ اگر جلد کا بڑا حصہ برباد ہو جائے تو اس پر دوسری جلد (رانوں وغیرہ) کی جلد سے مہین پیوند نکال کر چسپاں کر کے ضائع شدہ حصے کی کھلی جلد کو ڈھانکنا پڑتا ہے، مگر معمولی چھوٹے زخموں پر آس پاس کی تہیں بڑھ کر انہیں بہ آسانی ڈھانک دیتی ہیں۔ غرض جلد ہمارے بدن کی حفاظت کا سب سے بڑا بیرونی مورچہ ہے۔



جلدی امراض کا آزمودہ نباتی علاج  
**ہمدرد مرہم**  
 زخموں کو جلد بھرنے میں مدد دیتا ہے اور جراثیم سے پاک رکھتا ہے





ترکیب استعمال: ”نیمورائڈ“ ٹیوب کے ساتھ ایک چھوٹی ٹنگی ہے اس کو ٹیوب پر فٹ کر لیں اور مقعد (پاخانے کے مقام) میں داخل کر کے ٹیوب کو نیچے سے دبائیں، مرہم اندر چاروں طرف خود لگ جائے گا، رات کو سوتے وقت اور صبح رفع حاجت کے بعد استعمال کرنا چاہیے، ویسے دن میں ایک بار اور بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ بالخصوص رفع حاجت کے بعد۔



## نیمو ٹیب

### خونی و بادی بواسیر کا شافی علاج

بواسیر کی شکایت ہونے کی خرابی، مالتی تھیں اور تھکیل غذا میں کھانے کے باعث ہوتی ہے۔ نیمو ٹیب کے اجزاء اس طرح ترتیب دیئے گئے ہیں کہ یہ ہضم کی خرابیوں کو درست کر کے ذمہ داریوں کو روک تھام کرتے ہیں۔ ہر ایک دوسرے سے پیدا ہونے والی سوزش کو بھی دور کرتی ہے اور سکون و شفا دیتی ہے۔ چھوٹی بواسیر کی علامات تمام بڑی نیمو ٹیب لگجیے اور تکلیف دہ بیماری سے نجات پائیے۔

ہمدرد

## نیمورائڈ

بواسیر سے نجات کے لیے مفید و موثر مرہم



ہمدرد

### برص (جسم پر سفید داغوں) کے لیے ہمدرد کی بہترین ادویہ

برصینا معجون اور برصینا ضاد: مرض برص (جسم پر سفید داغوں) کے لیے هنوز ایسی کوئی دوا تیار نہیں ہو سکی جو ہر حال میں ہر صورت میں فائدہ رساں ہو۔ ایک ہی دوا۔ ایک مریض کو واقعی اچھا کر دیتی ہے۔ لیکن دوسرے پر کوئی اثر نہیں کرتی۔ تاہم ”ہمدرد“ میں تجربات کے بعد ”برصینا“ تیار کی گئی ہے یہ معجون کی شکل میں ہے، نیز برصینا ضاد (قرصوں کی شکل میں بھی ہے) دونوں کا استعمال ساتھ ساتھ جاری رکھنا چاہیے۔

ترکیب استعمال: ایک خوراک معجون شام کو ایک خوراک رات کو دینی چاہیے۔ نہار منہ اس کو استعمال نہیں کرانا چاہیے۔

مقدار خوراک: ۵ سال سے ۱۰ سال تک ۲ سے ۳ گرام بڑی مقدار خوراک ۶ گرام

ضاد برصینا کو پانی یا سرکہ میں گھس کر سفید داغوں پر لگانا چاہیے۔ اگر دانے ابھر آئیں تو یہ اچھی علامت ہے دانوں میں پانی پڑ جائے تو ضاد ترک کر دیں اور چند دن بعد پھر لگانا شروع کر دیں۔

### نیموٹیب

بواسیر کے لیے یہ گولیاں بہت مفید ہیں ”نیموٹیب“ نہ صرف شدید درد کو دور کرتی ہے بلکہ مقعد کی خارش جلن اور سوجن کو رفع کر کے ایک سکونی حالت پیدا کرتی ہے۔ بواسیر کی بیماری کے مریض آج بہت زیادہ ہیں ان کے لیے ایک مفید و موثر دوا کی بہت ضرورت تھی مطلب ہائے ہمدرد اور مطب کے شعبہ تحقیق کی کئی سالہ سرگرم جدوجہد کے نتیجے میں یہ نیموٹیب کے قرص تیار کیے گئے ہیں، بواسیر کی خارش سوجن اور مقعد کے زخم میں افادیت کے ساتھ اقرص کو استعمال کرایا جاتا ہے۔

بڑے آدمی کو رات سوتے وقت دو قرص پانی کے ساتھ استعمال کرائے جاتے ہیں۔ بچوں کو آدھا قرص دیا جاتا ہے۔

### نیمورائڈ

مسکن، دافع ورم و مائع عفونت مرہم ہے جو بواسیر کا بہترین علاج ہے۔ طب مشرق کے قدیم و منتخب فارمولے سے اور تحقیقات جدیدہ کی روشنی میں معمل ہائے ہمدرد میں دوا سازی کے اعلا اصول کے مطابق تیار کردہ یہ مرہم مطب ہائے ہمدرد کے کثیر علمی تجربات سے گزار کر افادہ عام کے لیے پیش کیا گیا ہے۔

”نیمورائڈ“ بواسیری مسوں پر مسکن و مائع عفونت اثر کرتا ہے اور ساتھ ہی ان کو سکیزتا ہے اور مسلسل استعمال سے ان کو رفع کرتا ہے بواسیری خون روکتا ہے۔



ترکیب استعمال: ”نیمورائڈ“ ٹیوب کے ساتھ ایک چھوٹی ٹنگی ہے اس کو ٹیوب پر فٹ کر لیں اور مقعد (پاخانے کے مقام) میں داخل کر کے ٹیوب کو نیچے سے دبائیں، مرہم اندر چاروں طرف خود لگ جائے گا، رات کو سوتے وقت اور صبح رفع حاجت کے بعد استعمال کرنا چاہیے، ویسے دن میں ایک بار اور بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ بالخصوص رفع حاجت کے بعد۔



## نیمو ٹیب

### خونی و بادی بواسیر کا شافی علاج

بواسیر کی شکایت ہائے کی خرابی، جاتی تھیں اور تھیل غذائیں کھانے کے باعث ہوتی ہے۔ نیمو ٹیب کے اجزاء اس طرح ترتیب دیئے گئے ہیں کہ یہ ہیم کی خرابی کو درست کر کے نہ صرف بواسیر کو روک قائم کرتی ہے بلکہ اس کی وجہ سے پیدا ہونے والی سوزش کو بھی دور کرتی ہے اور سکون و شفا دیتی ہے۔ چھوٹی بواسیر کی علامات نمایاں ہوں تو نیمو ٹیب لیں اور تکلیف دہ بیماری سے نجات پائیں۔

ہمدرد

## نیمورائڈ

بواسیر سے نجات کے لیے  
مفید و موثر مرہم



ہمدرد

